स्वदेशी चिकित्सा
पुस्तक माला–2

गो चिकित्सा

(पंचगव्य तथा गोमूत्र द्वारा)

लेखक: डॉ. गौरीशंकर माहेश्वरी

संकलन: उत्तम माहेश्वरी

स्वदेशी चिकित्सा

गो–चिकित्सा

(गव्य चिकित्सा)

डॉ. गौरीशंकर. जे माहेश्वरी
संकलनः उत्तम गौ. माहेश्वरी

प्रकाशक
स्वराज प्रकाशन समूह

गो–उपचार (गव्य चिकित्सा)

लेखकः डॉ. गौरीशंकर माहेश्वरी
संकलन एव संपादनः उत्तम माहेश्वरी

पहला संस्करणः अगस्त–2002 (2000 प्रतियां)
दूसरा संस्करणः सितम्बर–2002 (7000 प्रतियां)
तीसरा संशोधित संस्करणः अगस्त–2004 (10,000)

स्वराज प्रकाशन समूह
C/O आजादी बचाओ आंदोलन
प्लॉट नं. 10, जोतवाणी ले–आऊट,
सेवाग्राम रोड, हुत्तामा स्मारक के सामने
सेवाग्राम, वर्धा - 442 102
फोन नं. 07152-- 284441
मोबाईल : 9822641936

सहयोग राशि : 25 रुपये

आभारः इस पुस्तक के संकलन में झालावाड, राजस्थान के प्रसिद्ध राजवैद्य श्री रेवाशंकर शर्मा की पुस्तकों से और 'आदर्श गौसेवा एवं अनुसंधान प्रकल्प', अकोला, से काफी मदद मिली है। इसके लिए आंदोलन उनका आभारी है।
विशेष आभारः इस पुस्तक के कवर पर छपी गाय की तस्वीरें आंदोलन के साथी श्री राजू शुक्ला (मुंबई) के सहयोग से प्राप्त हुईं हैं। राजू भाई पेशे से फोटोग्राफर और कलाकार हैं। आंदोलन उनका भी बहुत आभारी है।

भूमिका

पिछले चार पाँच वर्षों में देश भर में स्वदेशी के प्रचार प्रसार के लिए घूमने के दौरान मुझे लगा कि लोगों के मन में गाय के प्रति अभी भी बहुत श्रद्धा है। बहुत सारे गौ–सेवक गोबर गौमूत्र और पंचगव्य द्वारा लोगों की चिकित्सा करते हैं। आधुनिक विज्ञान के आज के युग में गोबर गौमूत्र का न केवल सेंद्रीय खाद और कीटनाशक के रूप में उपयोग होता है, बल्कि चिकित्सा के क्षेत्र में भी बेहतर उपयोग हो सकता है।

स्व. डॉ. गौरी शंकर माहेश्वरी एक सिद्ध गौ चिकित्सक थे। उनका सारा जीवन गौ सेवा में ही बीता। उनकी अंतिम इच्छा भी यही थी कि भारतीय जीवन में गाय की प्रतिष्ठा पुनः स्थापित हो। इसी के लिए वे जीवनभर लगे रहे। गौ–चिकित्सा को एक पद्धति के रूप में स्थापित करने में उनका महत्त्वपूर्ण योगदान है। उनके जाने के बाद उनके सपने को उनके बेटे श्री उत्तम माहेश्वरी ने बेहतर ढंग से सँजोकर रखा है। उत्तम भाई ने भी गौ चिकित्सा का कार्य शुरू किया है।

डॉ. गौरी शंकर माहेश्वरी द्वारा गौ उपचार पर दिये गये व्याख्यान के आधार पर यह किताब विकसित की गई है। इस किताब को बनाने में राजवैद्य श्री रेवा शंकर शर्मा और 'आदर्श गौसेवा एवं अनुसंधान प्रकल्प', अकोला, द्वारा तैयार की गयी सामग्री से काफी मदद ली गयी है। हम आन्दोलन की तरफ से उनका आभार व्यक्त करते हैं।

जिन लोगों को भी गौ चिकित्सा के माध्यम से अपना या अपने परिचितों का इलाज करना है वे विस्तृत जानकारी के लिए निम्न पतों पर संपर्क कर सकते हैं।

राजीव दीक्षित

राष्ट्रीय प्रवक्ता, आजादी बचाओ आंदोलन

1) उत्तम गौ. माहेश्वरी, गौ चिकित्सा एवं गौ विज्ञान प्रचार केन्द्र, सी–162, आकुर्ली औद्योगिक संपदा, आकुर्ली मार्ग, कांदिवली (पूर्व), मुंबई–400 101, फोन 28871800

2) राजवैद्य रेवा शंकर शर्मा, ग्राम–रटलाई, जिला –झालावाड़ (राजस्थान) फोन– (07432) 84489.

3) आदर्श गौसेवा एवं अनुसंधान प्रकल्प, विघ्नहर्ता एपार्टमेंट, रजपुतपुरा, अकोला–444 001, दूर : 0724 – 2425673 / 3090684

4) डॉ. हरि प्रसाद जोशी ,उज्ज्वल धर्मार्थ चिकित्सालय, ग्राम –रांवा, पोस्ट विरगाँव, जिला–रायपुर (छत्तीसगढ़) फोन – 562575, 562952.

विषय सूची

भाग–1 गो–उपचार–5

भाग – 2

गौ क्या है ? गौमूत्र क्या है?–21 / आयुर्वेद ग्रंथानुसार गौमूत्र के गुर्ण–25 / रोग क्यों होते हैं ?–27 / विश्वमान्य सिद्धांत / गौमूत्र रोगों पर कैसे विजयी होता है ?–27 / पंचगव्य – 30 / गौ दूध, गौ दही, गौ घी (घृत) गौमूत्र और गौमय से बनने वाले कुछ स्वास्थ्यरक्षक योग / गौमूत्र अर्क–31 / गौमूत्र घनवटी (भाव प्रकाश निघुण्ट – मूत्रवर्ग:)–31 / गौमूत्र हरड़े चूर्ण–32 / गौमूत्र हरीतकी वटी–32 / गौमूत्रासव (अष्टांग हृदय)–33 / बालपाल रस–34 / नारी संजीवनी–34 / गौमूत्र पुनर्नवादि अर्क–35 / गौमूत्र पुनर्नवादि वटी–35 / गौमूत्र गुड़मारादि अर्क–36 / गौमूत्र मधुमेहारी वटी–37 / गौतक्रासव–37 / गौ तक्रारिष्ट–38 / पंचगव्य घृत–38 / त्रिफलादि घृत–39 / अष्टमंगल घृत–40 / ब्राह्मी घृत–40 / अर्जुन घृत–41 / जात्यादि घृत–42 / गौमय वातनाशक तेल–42 / गोपाल नस्य–43 / गौमय मलहम–43 / गौमय दादनाशक बट्टी–44 / अंगराग चूर्ण (गौमय उबटन)–44 / अंगराग बट्टी (गौमय साबुन)–45 / गौमय दंतमंजन–45 / गौमय नवग्रह धूप–45

भाग–3

गौमूत्र का सामान्य रोगों पर घरेलू प्रयोग–49 / पंचगव्य चिकित्सा से रोगोपचार करते समय ध्यान रखने योग्य बातें–52 / गौमूत्र सेवन की मात्रा–54 / पाचन संस्थान के रोग–55 / अग्निमांद्य (भूख न लगना)–55 / अजीर्ण (अपच,)–55 / अतिसार (दस्त,)–55 / कब्ज–56 / आमाशय व्रण–56 / अम्लपित्त (खट्टी डकारें आना,)–57 / पेट में कीड़े (कृमि)–58 / उदर रोग (पेट के रोग)–58 / गैस–59 / आँव (चिकना व चिपचिपा मल)–59 / आन्त्र पुच्छ शोथ / प्रदाह–59 / अर्श (बवासीर)–60 / आँतो में चीरा–60 / प्रवाहिका–61 / भगन्दर (नासूर)–61 / भस्मक (बहुत अधिक भूख लगना)–62 / यकृतवृदिध–62 / मुखरोग–62 / कंठ रोग–63 / संग्रहणी–63 / तृषा (प्यास न मिटना)–63 / दन्त रोग–64 / वमन (उल्टी)–64 / आध्मान (अफारा)–65 / हिचकी–65 / सिरोसिस ऑफ द लीवर–65 / हेपेटायटिस बी–65 / टांसिल्स–66 / श्वसन संस्थान के रोग–66 / खाँसी–66 / सदी – जुकाम–67 / सायनस–67 / दमा–68 / क्षय रोग (टी. बी.)–68 / उरस्तोय (प्लूरिसी)–69 / निमोनिया–69 / रक्त संस्थान के रोग–70 / उच्च रक्त चाप–70 / रक्तल्पता (खून की कमी)–70 / कौलेस्ट्रौल–71 / रक्त विकार–71 / ज्ञानेन्द्रियों के रोग–72 / आँख आना–72 / आँखों में दर्द या चुभन–72 / कमजोर दृष्टि–73 / रतौंधी (रात को न दिखना)–73 / मोतियाबिंद–74 / आँख से पानी बहना–74 / कान बहना–74 / कान का दर्द–75 / ऊँचा सुनना (कम सुनना)–75 / तुतलाना–75 / हकलाना–76 / सूखी खुजली–76 / गीली खुजली (दाद, एक्जिमा.......)–77 / पुराना घाव–77 / फोड़े–फुन्सी–78 / त्वचा का कटना या छिलना–78 / त्वचा का फटना–78 / त्वचा की एलर्जी–79 / सिर में रूसी–79 / श्वेत कुष्ठ (सफेद दाग)–80 / मूत्र संस्थान के रोग–80 / वृक्क विकार (गुर्दे के रोग)–80 / पथरी–81 / बहुमूत्र (अधिक पेशाब होना)–81 / मूत्र वाहिनियों मे व्रण–82 / यौन समस्याएँ–83 / स्वप्नदोष / शीघ्र पतन / प्रमेह–83 / नपुंसकता (संभोग में असमर्थता)–83 / यौन रोग–84 / एच. आइ. वी / एड्स–84 / पुरूष ग्रंथि का बढ़ना–85 / स्त्री रोग–85 / अनियमित मासिक धर्म / मासिक धर्म कम होना–85 / मासिक धर्म के समय अधिक रक्तस्राव–86 / श्वेत प्रदर / योनी संक्रमण–87 / गर्भाशय में गाँठ–87 / स्तनों में दूध की कमी–87 / गर्भावस्था–88 / गर्भपात–89 / प्रसव–89 / अब कैंसर प्राणघातक नहीं है–90 / कैंसर–92 / रक्तशुद्धि अर्क–93 / चोबचीनी अर्क–93 / घरेलू उपचार से 100 ठीक हो सकता है भयानक समझा जानेवाला हृदय रोगविविध रोग–94

गो–उपचार
(गव्य चिकित्सा)

1. मानव इतिहास में भिन्न–भिन्न काल में और भिन्न–भिन्न स्थानों पर चिकित्सा और उपचार के लिये अनेक प्रकार की औषधियों और उपचार पद्धतियों का उपयोग होता रहा है। उनमें से सर्वप्रथम और सर्वश्रेष्ठ चिकित्सा पद्धति गाय और गोवंश (बैल और साँड़) से सम्बन्धित है। गाय के पंचगव्य अर्थात् गाय के दूध, दही, घी, गौमूत्र व गोबर में अनेक बीमारियों को ठीक करने के गुण मौजूद हैं।

2. गो–उपचार का अत्यन्त पावन दृष्टि से वेदों में वर्णन किया गया है। वेद विश्व के सबसे प्राचीन ग्रन्थ हैं। आयुर्वेद भी वेदों की ही एक शाखा है। हमारे महान् ऋषियों ने पश्चिमी मान्यताओं के विपरीत आयुर्वेद व अन्य संस्कृत ग्रन्थों में सूचनाओं, मान्यताओं, भावनाओं, विचारों और अनुभवों का खुलकर सभी के साथ आदान–प्रदान किया और इन सबको बिना किसी पेटेण्ट अधिकार की अपेक्षा के प्रकाशित भी किया। पंचगव्य और उसमें निहित विभिन्न तत्वों की अलग–अलग और साथ में पूरी तरह वैज्ञानिक जाँच के पश्चात् ही उन्हें औषधीय उपयोग के लिए सुझाया और अपनाया गया। अपने गुणों के आधार पर ही जीवन में इनका उपयोग हुआ। कभी किसी से जबरदस्ती नहीं की गई। हमारे ऋषियों और आयुर्वेदाचार्यों ने वास्तविकता को सदैव सहज प्राकृतिक रूप से अपनाया। संवाद व बैठकों में पूरी पारदर्शिता बरती जाती थी। इन बैठकों में निष्कर्षों की निष्पक्ष जाँच होती थी। आज हमारे पास अनमोल ज़ानकारी, सूचनाएँ व विस्तृत साहित्य पूरे विवरण के साथ उपलब्ध हैं जिनकी आधुनिक प्रयोगशालाओं में वैज्ञानिक रूप से जाँच की जा सकती है, जिससे जनसामान्य को इनके (पंचगव्य के) प्राकृतिक औषधीय गुणों का एकदम कम कीमत में या यों कहें कि बिना किसी लागत के अप्रतिम लाभ हो सकता है। यदि गो–चिकित्सा तत्काल पुनः प्रारम्भ नहीं की गई, अस्पतालों में इसका उपयोग शीघ्र ही प्रारम्भ नहीं हुआ तो देश को आने वाले समय में बहुत भारी हानि होगी। यह आरोग्य व पर्यावरण की ज्वलन्त समस्याओं का सन्तुलित व पूर्ण निदान है। अतः केन्द्र व राज्य सरकारों को इस विषय पर तत्काल कार्रवाई कर गोवंश की रक्षा की व्यवस्था और गौ–उपचार का जोर–शोर से प्रचार–प्रसार करना चाहिए।

3. वर्तमान में जो चिकित्सा प्रणाली सर्वाधिक लोकप्रिय और सर्व चिकित्सा

मुम्बई के लाला लाजपतराय कॉलेज में वैकल्पिक औषधियों पर आयोजित अन्तरराष्ट्रीय कांग्रेस में दिनांक 15,16 व 17 मार्च 1996 को मूल अंग्रेजी में प्रस्तुत शोधपत्र का हिन्दी रूपान्तर

पद्धतियों पर वरीयता प्राप्त कर चुकी है, वह है पश्चिम की ऐलोपैथिक चिकित्सा प्रणाली। इस प्रणाली के अनेक गुण–दोष हैं, किन्तु सबसे बड़ी बात यह है कि इसमें ऐसी औषधियों का प्रयोग होता है जिनसे प्रतिकूल प्रभाव उत्पन्न होते हैं। कब्ज को ठीक करने के लिए अतिसार (डायरिया) उत्पन्न किया जाता है। शरीर में ऐसे रसायन भर दिये जाते हैं, जिनसे शरीर में स्थित कोमल श्लेष्मकला (म्युकोसा) ही नष्ट हो जाती है। इस चिकित्सा के व्यवसायी डॉक्टर स्वास्थ्य को औषधियों से जोड़ते हैं और स्वास्थ्य का अर्थ मात्र रोग के उपचार तक सीमित हो जाता है। दुर्भाग्य से अन्न औषधियों के साथ सहयोगी अथवा विरोधी प्रतिक्रिया करते हैं। अतः इन औषधियों का अन्न और पर्यावरणीय परिस्थितियों से परस्पर सम्बन्ध जानना अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है। आज के चिकित्सक (डॉक्टर वर्ग) एक संगठित समुदाय हैं। वे मानकर चलते हैं कि उनकी योग्यताएँ मानों स्वर्ग के पार–पात्र (पासपोर्ट) हैं, और प्रायः रोगी को भ्रम में डालकर उसे पारम्परिक चिकित्सा और उपचारों की ओर जाने नहीं देते। परिणामस्वरूप बाजार उन औषधियों से भरे रहते हैं जो प्रायः उपयोगी नहीं होतीं या सामान्य व्यक्ति की खरीद–क्षमता से बाहर होती हैं। बाजारों में अंग्रेजी दवाओं के समर्थन में प्रचार होता है। रोगी को औषधि के बारे में कुछ पता नहीं रहता और वह उसे इसलिये खरीदने को विवश है क्योंकि डॉक्टर ने लिख दिया है अथवा विज्ञापन आता है कि वह अच्छी है। किन्तु इसका शिकार तो साधारण व्यक्ति ही होता है। अधिकांश सरकारी व निजी अस्पतालों में सूचित सम्मति भी एक स्वांग ही होती है। दुर्भाग्य से हमारे देश में औषधि–निर्माताओं का प्रभावी समूह है, अतः औषधि–नीति अन्तर्निहित कमियों के होते हुए भी चल रही है। शासन के आय–व्यय (बजट) में स्वास्थ्य का स्थान बहुत नीचे आता है। वस्तुतः उसे स्वास्थ्य नीति के आधार पर विकसित होना चाहिए, किन्तु बात पूर्णतः विपरीत चलती है। शासन अपने स्वास्थ्य कार्यक्रमों में हठधर्मी है, अनुचित दवाओं पर व्यर्थ व्यय करता है और उनके दुष्प्रभावों का अध्ययन नहीं करता। हमारी परम्परागत गो व अन्य चिकित्सा की ओर बहुत कम ध्यान दिया जाता है, जो सस्ती, सुलभ एवं सरल है।

4. प्रारम्भ में गर्भवती महिलाओं को कुछ औषधि–क्रम (कोर्स) दिये जाते हैं। 90 प्रतिशत से अधिक प्रसूतियाँ शल्यक्रिया (सिजेरियन ऑपरेशन) द्वारा अथवा असामान्य ढंग से होती हैं। हम सब जानते हैं कि गर्भावस्था में औषधियों की भरमार के कारण औसत भार से कम जन्म वाले बच्चों को अस्वस्थता के साथ श्वास–संक्रमण और दस्त सम्बन्धी (डायरिया) रोग होते रहते हैं। आगे के जीवन में ज्वर (मलेरिया), क्षय (टी.बी.), कुष्ठ (लेप्रसी), अन्धत्व की शिकायतें निरन्तर बढ़ती जा रही हैं।

5. आई.सी.यू. : गहन–चिकित्सा इकाइयाँ एक अन्य प्रकार के मृत्यु के फन्दे हैं। युवा डॉक्टरों में ये आजकल अधिक लोकप्रिय हैं। ऐसी अधिकांश

गहन–चिकित्सा इकाइयां इस बात का बिना विचार किए कि इनका (ईकाइयों) उद्देश्य क्या है, बिना नियम कायदे–कानून और प्रतिबन्धों के चलती हैं। मूत्र नलिका प्रवेश (कैथीटरों) और अन्य नलियों के कारण फैलने वाले संक्रमण (इन्फेक्शन) अखिल विश्व की चिन्ता के विषय बने हैं। यह कहना अनुचित नहीं होगा कि अत्यन्त अस्वस्थ, अन्तिम अवस्था वाले रोगी को इन इकाइयों में जीवित बनाये रखना उन्हें मरने देने की अपेक्षा अधिक कष्टप्रद और खर्चीला है। जीवित रहने के लिए उस व्यक्ति को कठोर श्रम करने पड़ते हैं, रोगी और उसका परिवार इस चिकित्सा में अपना सर्वस्व गँवा बैठता है और निर्धन और कंगाल हो जाता है। अतः आवश्यक है कि निजी डॉक्टरों और इस चिकित्सा–विधि को अपनाने वाले चिकित्सालयों को नियन्त्रित कर उन्हें अपना कौशल इस बात की ओर लगाने के लिए प्रेरित किया जाये कि वे उन परम्परागत चिकित्सा पद्धतियों की ओर ध्यान दें, जिन्हें हमारे पूर्वजों ने रोगों पर विजय प्राप्त करने की प्रथम और प्रमुख खोज में हजारों वर्ष पूर्व प्रस्थापित कर गाय और पंचगव्य के द्वारा चिकित्सा करने की पद्धति सिद्ध की। उनकी प्राप्ति–क्षमता (यील्ड) और उनके व्युत्पन्नों (डिराइवेटिव) ने रोग निवारण की अपनी क्षमता प्रमाणित की है और साथ ही प्रदूषण–मुक्त पर्यावरण बनाये रखने और स्वास्थ्य संकटों से बचाये रखने का काम किया है। हमारी यह परम्परा रही है कि परम–पावनी गौ को प्रत्येक सत्कार्य में स्थान दिया गया है और कोई समारोह अथवा उत्सव गौ के बिना नहीं मनाया जाता। उसे माता का स्थान दिया गया है। वास्तव में गोमाता चलता–फिरता चिकित्सालय है उसमें औषधियों का भंडार भरा है। दूध के रूप में वह पूर्ण पोषक आहार देती है, खेतों के लिये वह खाद निर्माण करने वाला कारख़ाना (फेक्टरी) है और पर्यावरण तथा वायु को शुद्ध करने वाली शोधक है। चौबीस घण्टे अखण्ड रूप से वह प्राणवायु (ऑक्सीजन) मुक्त करती रहती है। अतः प्रत्येक परिवार में गाय अवश्य ही रहनी चाहिए। यदि धन–सम्पत्ति की दृष्टि से देखा जाए, तो एक गाय अपने जीवन काल में लाखों रुपये की प्राणवायु और अन्य रोग निवारक और निरोधक तत्व मनुष्य समाज को प्रदान करती है।

संयुक्त राष्ट्र संघ की हाल ही में प्रसारित रिपोर्ट के अनुसार आजकल की अनिवार्य समझी जाने वाली 'क्ष' किरण मशीनें भी रक्त–कैंसर फैलाती पाई गई हैं। इस रिपोर्ट के अनुसार केवल भारत में ही प्रतिवर्ष 5 करोड़ से अधिक व्यक्ति 'क्ष' किरणों से विकिरण के कारण इस रोग से ग्रसित हो जाते हैं। पाश्चात्य जगत शव को भस्म करने वाली चिताओं (इन्सीनरेटर) के दुष्प्रभावों को अब समझने लगा है। विख्यात पर्यावरणविद् डॉ. पॉल कॉनेट ने हाल ही में एक गोष्ठी में दलील दी कि विकासशील देश अब इन चिताओं को अस्वीकार करने लगे हैं। इन चिताओं के प्रदूषण से कैंसर, प्रजनन और जन्म दोष, स्नायु और अन्य अनेक रोग फैल रहे हैं।

6. विषैले तत्वों की समस्या (वायरस) : बढ़ती हुई हवाई–यात्राओं

और निष्क्रमण ने इस समस्या (वाइरस) और बीमारियों को विश्व भर में फैलाया है। बड़े शहरों, कस्बों और अस्पतालों में तो यह स्थिति और भी खतरनाक है। बहु– औषधि प्रतिरोधी रोगियों की संख्या भारत में ही नहीं पूरे विश्व में तेजी से बढ़ रही है। देशी गोवंश की संख्या में गिरावट ने इस समस्या को और गम्भीर बना दिया है। भारत में यह तीव्र है। लोग अधिकांशतः बहु–औषधि प्रतिरोधी विषाणुओं के कारण से असाध्य रोगों से पीड़ित हो रहे हैं। पंचगव्य के नियमित उपयोग से इस स्थिति पर भली–भाँति नियन्त्रण किया जा सकता है, जिसमें पर्याप्त मात्रा में स्वास्थ्यवर्धक गुण हैं। इसका सभी अस्पतालों में प्राथमिक तौर पर आवश्यक रूप से उपयोग होना चाहिए।

7. वैज्ञानिक विष विज्ञान और जीव विद्या के अपने अध्ययनों द्वारा दुस्साहस से नये–नये उपचार की खोज में लगे हैं, किन्तु औषधि प्रतिरोधक विषाणु कीट लगातार नई प्रतिरोधक शक्ति प्राप्त कर लेते हैं। तिलचट्टों के विनाश के लिए बनाई गई छिड़काव की दवाओं में कई विषैले तत्व पाए गए हैं। उपभोक्ताओं को चेतावनी भी दी जाती है कि वे इनका छिड़काव हवा में न करें, क्योंकि ये श्वास के साथ शरीर में प्रवेश कर सकती हैं और असुरक्षित हैं। दुर्भाग्य से इनका बहुद्देशीय समाधानों के रूप में प्रचार किया जाता है। गोबर और गोमूत्र का कुछ जड़ी–बूटियों के साथ उपयोग इनका श्रेष्ठ पर्याय है।

8. यह कोई आश्चर्य नहीं है कि आज भारत में डॉक्टरों का समुदाय बहुत बढ़ गया है और इसी प्रकार भाँति–भाँति की महँगी औषधियों और अनैतिक ढंग से प्रोत्साहित औषधि–निर्माताओं (कम्पनियों) की भरमार हो गई है। प्रतिजीवी (एण्टिबायोटिक) औषधियाँ अधिकाधिक अप्रभावी हो रही हैं, क्योंकि अणुजीव (माईक्रोऑरगेनिज्म) नये–नये प्रतिरोधी तनाव निर्माण करते हैं। प्रतिरोधी जीवाणुओं का खतरा बहुत वास्तविक हो गया है। औषधियों और अणुजीवों के मध्य चलने वाले इस निरन्तर युद्ध में इन औषधियों के साथ संघर्ष से पक्के हुए अणुजीवों से लड़ने के लिए डॉक्टरों के पास के शस्त्र कम पड़ रहे हैं। इसके परिणामस्वरूप अनेक विकार – जैसे, पीव (पस) बन जाना, छिद्राबुर्द फोड़ा (कार्बलक),क्योमपाक, फफ्फुस प्रदाह (निमोनिया), मस्तिष्कच्छादकोष (मेनिंज्जायटिस), तानिका शोथ, विद्रधि (एब्सेस) एवं अन्न–विषायण (पॉइजनिंग) आदि होते हैं। अधिकाधिक महँगे विकल्प डॉक्टर बेहिचक बताते है, जो सामान्य व्यक्ति की पहुँच से बाहर होते हैं। मितव्ययिता गरीब की सम्पत्ति होती है और धनी के लिये समझदारी। मानव जाति घातक महामारी के क्षेत्र में प्रवेश कर चुकी है। अमेरिका में एक आयुर्वेदिक चिकित्सक डॉ. दीपक चोपड़ा के शब्दों में– "पाश्चात्य औषधियाँ रोग की प्रक्रिया से प्रभावित रहती हैं।"

9. प्रायः विकसित देशों व विश्व बैंक द्वारा दी जाने वाली विभिन्न प्रकार की सहायताएँ– जैसे, उपहार, दान, अनुदान, चन्दा, आयोजन, कार्यक्रमों का प्रयोजन, दीर्घकालीन ऋण, तकनीकी साझेदारी, ऋण–ब्याज में छूट, पाठशाला के

विद्यार्थियों को पौष्टिक भोजन इत्यादि हमारे राजनेताओं पर पर्याप्त दबाव प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से डालते हैं और वे लोग बिना किसी झिझक या वाद–विवाद के उनके प्रस्ताव मान लेते हैं। वे हमारे उन व्यक्तियों को, जिनमें राष्ट्रीय निष्ठा कम है, और जो उत्तरदायी पदों पर आसीन हैं, लुभा लेते हैं। यह हमें अत्यन्त क्षोभनीय महसूस होता है। परिणामस्वरूप हवाला काण्ड रूपी प्रेत प्रकट होते हैं। वास्तव में यह एक गहरा षड्यन्त्र है, जो हमें बंधन में रखने के लिए है। इसी पद्धति से वे अपने पुराने व लुप्तप्राय हो चुके प्रयोग, प्रबन्ध, अयोग्य आहार जैसे अयोग्य घी, स्किम्ड (मलाई उतारा) दूध, दवाएँ और अनेक अयोग्य वस्तुएँ सस्ते में हमें बेचते हैं या लेने को बाध्य करते हैं। सहायता/उपहार के नाम पर इन्होंने विदेशी मूल के कई रोगों को यहाँ फैलाया है और विषैले व निरर्थक पदार्थ हमारे ऊपर लादकर आर्थिक भार को बहुत बढ़ा दिया है। मेरी दृष्टि में विकसित देश अत्यन्त चालाक निवेशक हैं जो यह चाहते हैं कि भारत सदा निर्धन व पीड़ित बना रहे और यह हमारा दुर्भाग्यपूर्ण इतिहास है कि हम कर्ज व दिवालियेपन के बोझ से दबे हुए हैं। वे लोग केवल अपना भला चाहते हैं जिससे उनके ऐश्वर्य और पर्यावरण को कोई स्पर्धा या खतरा न हो। उदाहरणतः हरित क्रान्ति के नाम पर भेजे गए रासायनिक उर्वरकों ने हमारी भूमि का स्वरूप ही बिगाड़ दिया और हमारी भूमि की उत्पादकता पर अत्यन्त बुरा प्रभाव पड़ा है। बंजर भूमि का प्रतिशत बढ़ रहा है। हमारी फसलें महामारियों को आमन्त्रित करती हैं क्योंकि भूमि रोगाणुओं से पटी हुई है। खाद्यान्नों, फलों और सब्जियों का प्राकृतिक स्वाद और सुगन्ध लगभग लुप्त हो गए हैं। भूमि का जल–स्तर बहुत नीचे चला गया है। अकाल पड़ना सामान्य बात हो गई है। 1995–96 की अपनी रिपोर्ट में भारतीय कृषि अनुसन्धान परिषद् ने भी भूमि की निरन्तर बिगड़ती हुई स्थिति की बात मानी है। देशी गाय का गोबर वर्षा को आकर्षित करने में पूर्णतः सक्षम है, यदि वैज्ञानिक तरीके से उसका उपयोग किया जाए। देशी (सेन्द्रिय) खाद के उपयोग से पानी की खपत भी रासायनिक खाद की तुलना में 60 प्रतिशत ही रहती है।

बहु–उत्पादन के बीजों से पौष्टिकता नष्ट हो जाती है। जापान के नोबल पुरस्कार विजेता और 'एक तिनका क्रान्ति' के लेखक श्री मसानोबू फूकोका का मानना है कि बहु–उत्पादन के बीज अणु–बम से भी ज्यादा खतरनाक हैं। गो–उपचार करने पर इन बहु–उत्पादन बीजों के दुष्प्रभावों से आसानी से निपटा जा सकता है। ये प्रयोग मेरे और अन्य खेतों में हुए हैं। इनके निष्कर्ष अच्छे और सन्तोषप्रद हैं।

10. इसी प्रकार श्वेत क्रान्ति के नाम पर भेजी गई संकरित प्रजाति की कही जाने वाली गायों ने एक विशेष प्रकार की व खतरनाक बीमारी को देश भर में फैलाया है। तब से ही अपौष्टिकता की बीमारियाँ बढ़ने लगीं हैं। भारतीय संस्कृति, जनता और भूमि पर इस घाव के चिह्न स्पष्ट दिखाई पड़ रहे हैं। अब यह अत्यन्त

आवश्यक है कि पिछले अनुभव से हम इस प्रकार के प्रलोभनों को अस्वीकार करें। ये लुभावने प्रस्ताव हमें विकसित देशों से उदारता के नाम पर दिए जाते रहे हैं। हम दिन दहाड़े की डकैती के शिकार हो रहे हैं। यदि हम अपनी गायों पर पूर्ण ध्यान देते तो कृषि और आरोग्य क्षेत्र की इन चुनौतियों का आसानी से सामना कर सकते थे। मेरा लिखने का प्रयोजन आप में सोये हुए आत्मविश्वास को जगाना है जिससे आप राजनीतिकों की उद्दण्डता व बेईमानी का सामना कर सकें, जो जानबूझकर गोवंश हत्या का समर्थन कर रहे हैं, जबकि यह गाय–गोवंश हमारे जीवन के लिए अति आवश्यक है।

11. निर्बाध रूप से जारी गो–हत्या ने देश में दूध, दुग्ध–पदार्थ और घी की उपलब्धता का संकट खड़ा किया। पूरे देश में अपौष्टिकता से सम्बन्धित बीमारियाँ बड़े पैमाने पर फैलने लगीं। इससे पहले कि यह लोगों में असन्तोष का कारण बनता, विटामिनों की चर्चा पश्चिमी शासकों द्वारा की जाने लगी। सभी का ध्यान दूध और घी से हटाकर विटामिनों पर केन्द्रित करने के लिए जोर–शोर से प्रचार किया गया, जबकि दूध में विटामिन बहुतायत में पाए जाते हैं। किन्तु दूध से ध्यान सब्जियों की ओर आकर्षित किया गया। घी को शरारतपूर्ण तरीके से वसा के रूप में प्रचारित किया गया। वसा से हृदय रोग होते हैं, इसका दूर–दूर तक प्रचार हुआ, जिससे घी का उपयोग बन्द हो गया। हमारे विचारों की धाक पश्चिमी प्रचार के आक्रमण से कम हो गई और विशेषकर शिक्षित वर्ग ने, जिसमें परम्परागत मूल्यों और अनुभव की कमी थी, एक निश्चित विचार बनाया कि जो कुछ विदेशी है वही अच्छा है। अतः सब्जियों के उपयोग पर बहुत जोर दिया गया व गोहत्या जारी रही। अकाल की समस्याएँ बढ़ गईं व खाद्यान्न के क्षेत्र में हमारी स्थिति भिखारी जैसी हो गई। इस देश की संस्कृति पर शस्त्रों से अधिक दुष्प्रचार से आक्रमण हुए। गोदुग्ध व शुद्ध घी से जो शक्ति हमें मिलती है वह कहीं विटामिन या मांसाहार में उपलब्ध होती है क्या ? अम्लता व नासूर (व्रण) के दोष शरीर में घी की कमी के कारण ही उपजते हैं। गोदुग्ध लगभग घण्टे भर में इन समस्याओं से निपट लेता है और यही मात्र इन बीमारियों के लिए निदान भी है।

12. पश्चिम वाले यहीं पर रुके नहीं, अपितु स्वतन्त्रता के पश्चात् विटामिनों का प्रचार रुक गया और विटामिन इंजेक्शनों का आधार बन गए। तब प्रोटीन को विटामिनों से अधिक महत्त्व दिया गया। गरीबों को प्रोटीन का सस्ता स्रोत उपलब्ध कराने के बहाने अण्डे जैसी अस्वास्थ्यकर या कम स्वास्थ्यकर चीजें विदेशी कर्ज के सहारे प्रस्तुत की गईं और यह गो–उपचार पद्धति के लिए एक और बड़ा झटका सामने आया।

13. अण्डे, मछली, मांस में कार्बोहाइड्रेट नहीं होते और इनसे शरीर में कार्बोहाइड्रेट की कमी बढ़ जाती है। जो भी आहार हम ग्रहण करते हैं, यदि उसमें

पर्याप्त मात्रा में कार्बोहाइड्रेट और वसा न हो और उनकी कमी प्रोटीन से कितनी भी पूरी की जाए प्रोटीन व्यर्थ हो जाते हैं, वे नष्ट हो जाते हैं। पाश्चात्य वैज्ञानिकों ने, जो खुद विपुल मात्रा में अण्डे, मांस और मछली ग्रहण करते हैं, इनको एक ओर शक्ति का बड़ा स्रोत बताया है वहीं दूसरी ओर इसके विपरीत बीमारियों का स्रोत भी इन्हे घोषित किया है। निष्कर्ष के तौर पर मांसाहारी परिवारों में हम देखते हैं कि रोगी व्यक्तियों का प्रतिशत स्वस्थ सदस्यों से अधिक है। जब व्यक्ति बहुत कमजोर हो जाता है तो डॉक्टर उसे मांस और अण्डे खाने के लिए मना करते हैं। वे उसे ग्लूकोज कार्बोहाइड्रेट की मात्रा बढ़ाने के लिए देते हैं। इन परिस्थितियों में गोदुग्ध ही शक्ति का बढ़िया स्रोत है जो आसानी से पच भी जाता है।

14. जब तक हम रोगों के पर्यावरणीय मूल कारणों पर ध्यान नहीं देंगे तब तक हमारा सामूहिक और व्यक्तिगत स्वास्थ्य गिरता ही चला जाएगा। अंग्रेजों के द्वारा हमारी परम्परागत गुरु शिष्य शिक्षा प्रणाली विशिष्ट उद्देश्य से नष्ट कर दी गई है। हमारे आयुर्वेदिक और गो–उपचार विषयक मूल्यों को पर्याप्त सीमा तक तहस–नहस कर डाला गया है। पैसा कमाने वाली वृत्ति और खर्चीली चिकित्सा पद्धति ने उसका स्थान ले लिया है। अतः नितान्त आवश्यक हो गया है कि पाश्चात्य चिकित्सा प्रणाली को पूर्णतया बदलकर देशी भारतीय आयुर्वेदिक व गो–उपचार पद्धति को प्रोत्साहन दिया जाए। आयुर्वेद हमें प्रमाणों पर आधारित औषधियाँ उपलब्ध कराता है। उससे रोग का निवारण होकर स्वास्थ्य आपके सन्निकट होगा। मात्र दो सौ वर्ष पुराना वर्तमान एलोपैथिक चिकित्सा–तन्त्र केवल अनिश्चित ही नहीं, बल्कि हानिकर और कष्टप्रद भी है। अतः कभी पक्ष तो कभी विपक्ष में आने वाले विज्ञापनों के कारण डॉक्टर लोग इन औषधियों को 'स्तर से कम' (सब स्टैण्डर्ड) कह कर त्याज्य कर देते हैं। तब प्रश्न उठता है कि पहले इन्हें स्तर के अनुरूप क्यों माना गया था? यह सब छल और कूट–योजना (रॅकेट) है। सीधा–सादा अर्थ यह है कि मानव–जीवन का इनकी दृष्टि में कोई महत्त्व नहीं और औषधि निर्माता तथा डॉक्टर मिलकर रोगी के जीवन से खिलवाड़ कर केवल पैसा कमाते हैं। आयुर्वेदिक औषधियों और गो–उपचार के बारे में ऐसी चुनौती कभी सामने नहीं आयी है।

15. भारतीय ज्ञान का समायोजन आवश्यक: अतः दुःखद स्थिति से पार पाने के लिए मुझे अपने व्यक्तिगत प्रयासों और अवलोकनों से लगता है कि पश्चिमी विविध उपकरणों एवं उत्पादनों के साथ भारतीय प्रज्ञा का उपयोग कर आयुर्वेद में दिए गए भारतीय ज्ञान का समायोजन करना होगा। विद्वान् और विख्यात डॉक्टरों, चिकित्सकों को हमारी पुरानी चिकित्सा प्रज्ञा और तथाकथित आधुनिक एलोपैथी के बीच समन्वय साध कर, गो–उपचार को पुनः प्रस्थापित कर, एक ऐसी अधिक परिणामकारी किन्तु कम खर्चीली चिकित्सा प्रणाली को विकसित करना चाहिए, जो किसी प्रकार के हानिकारक अथवा अनिष्ट प्रभाव उत्पन्न न करे।

16. गव्य चिकित्सा रामबाण है : व्यक्तिगत एवं प्राचीन भारतीय साहित्य के अध्ययन से मैं आग्रह के साथ भारत की अपनी आरोग्यकारी गव्य–चिकित्सा की प्रणाली का प्रतिपादन कर रहा हूँ। मैं इस चिकित्सा प्रणाली का दर्शन मात्र करा रहा हूँ। इसके द्वारा सब प्रकार के, जीर्ण अथवा दीर्घकालिक (क्रॉनिक) रोग भी ठीक किए जा सकते हैं। यह चिकित्सा स्वास्थ्य खतरों, पर्यावरणीय प्रदूषणों तथा संक्रामक और विषाणु–ज्वरों (वाइरस–फीवर) से भी बचाती है। इस चिकित्सा की क्षमताओं का उपयोग करना अति आवश्यक है। भारतीय उद्योगों को चाहिए कि आधुनिक प्रौद्योगिकी का तत्काल प्रयोग कर आध ारभूत गुणात्मक स्तर को बनाये रखें। इससे केवल उच्च प्रौद्योगिकी का विकास ही नहीं होगा, अपितु इस भ्रम का भी निवारण होगा कि महँगी आधुनिक औषध ियों के स्थान पर गव्य और जड़ी–बूटी चिकित्सा काम नहीं दे सकती है। इससे हमारी औषधियों की विश्वसनीयता बढ़ेगी और तद्द्वारा बिक्री भी बढ़ेगी।

17. पंचगव्य : गाय से हमें दूध, दही, घी, गोमूत्र तथा गोमय (गोबर) के रूप में पाँच तत्व, पंचगव्य मिलता है। इनके अतिरिक्त मक्खन, मलाई और तक्र (छाछ) भी मिलता है। ये सभी पदार्थ अलग–अलग और एक दूसरे में मिलाकर भी रोग–निवारक गुण रखते हैं। इन्हें किसी भी तरह ग्रहण किया जाए, बाहर से लगाया जाए अथवा आस–पास छिड़का जाए, लाभदायक ही हैं। इनमें प्रमुख रूप से रोग निवारण एवं स्थायी लाभ पहुँचाने की क्षमता होती है। गाय के रोग निवारक और स्वास्थ्य प्रदायक सामाजिक योगदान के विषय में प्रचुर परम्परागत साहित्य उपलब्ध है। आयुर्वेद के बहुमूल्य कोष से हमें परम्परागत विरासत के रूप में जो मिला है वह विज्ञान ही है; फिर भी, पाश्चात्य प्रभाव के कारण लोग दुर्भाग्य से उससे लाभ नहीं उठा पाते हैं। इसलिए हमें इसे व्यवहार में लाकर आधुनिक पीढ़ी की अपेक्षाओं के अनुरूप बनाना होगा। मैं संक्षेप में उनके कुछ गुणों एवं नुस्खों को प्रस्तुत कर रहा हूँ जिससे आप अपने को स्वस्थ रख सकें।

17. अ) गोमूत्र : अकेले गोमूत्र में वे सब रासायनिक गुण, क्षमताएँ और संघटक तत्व विद्यमान हैं, जो शरीर में व्याप्त सभी दुष्परिणामों और असन्तुलन को पूर्ण रूप से दूर कर सकते हैं। यह एक प्रतिविष (एण्टिडोट) है जो शरीर में विषैले प्रभावों को दूर करता है। यह रोगाणुनाशक (एण्टिसेप्टिक) संक्रमण–नाशक व विषैले प्रभावों का निवारण करनेवाला है। आयुर्वेद में इसे संजीवनी कहा गया है। यह एक शक्तिशाली कीटनाशक (पेस्टिसाइड) भी है।

17. आ) गोबर : इसमें वे सब गुण हैं, जिनसे पर्यावरण को प्रदूषणमुक्त रखा जा सकता है। इसके कारण कोई विकिरणीय (रेडियेशन) दुष्प्रभाव नहीं होता। यह कीटाणुनाशी (जर्मीसाइड) है, इसमें विकर्षक (रिपेलेण्ट) है जो मच्छरों (कीटकों) को दूर भगाता है। त्वचा सम्बन्धित सभी रोगों पर गोबर के उपचार से निदान हो

सकता है और इसमें घाव भरने की अद्भुत क्षमता है।

17. इ) गोदुग्ध : रात्रि में सोने से पूर्व गरम गोदुग्ध के साथ एक चम्मच घी लेने से आप बिल्कुल स्वस्थ और उत्साही बने रहते हैं। हँसली (कालर बोन) के नीचे की बीमारी सामाप्त हो जाती है और फिर नहीं होती। यह विटामिनों से भरापूरा होता है। ताप (बुखार) के प्रारम्भ में दूध सेवन का परामर्श नहीं दिया जाता, किन्तु जैसे ही बुखार अधिक दिन चलता है, दूध लेने के लिए जोर देकर कहा जाता है। यह स्तनधारियों में शिशु से लेकर वृद्धावस्था तक सभी के लिए पूर्ण आहार है। यह शरीर में आसानी से घुल–मिल जाता है, पच जाता है।

गोदुग्ध का पीलापन या स्वर्ण जैसी आभा उसमें निहित स्वर्ण तत्व ही है। यह स्वर्ण तत्व का सूक्ष्मसार अंश भी दुग्ध सेवन करने वाले को स्वर्ण की पूर्ति करता है। स्वर्ण हृदय रोग के निदान के लिए अत्यन्त आवश्यक तत्व है। इसलिये गोदुग्ध और गोघृत हृदय की शिकायतों के लिए सुरक्षा कवच है।

17. ई) दही (दधि) : यदि दही को चाँदी के पात्र में जमाया जाए और गर्भवती महिलाओं को प्रारम्भिक महीनों से दिया जाए तो उससे (क) गर्भपात नहीं होता (ख) अकाल प्रसव से बचाव होता है (ग) प्रसव से पूर्व और दौरान कोई जटिलता नहीं होती (घ) अपंग और मन्दबुद्धि सन्तान नहीं होती और प्रसव सर्वदा सामान्य (नॉर्मल) होती है। कोई जन्मजात विकार नहीं होगा। नवजात शिशु सदैव निरोग, स्वस्थ होंगे और माता को अपने शिशु को पिलाने के लिए पर्याप्त, प्रकृति प्रदत्त दूध प्राप्त होगा। युवा गृहणियों, जिन्हें अपना परिवार शुरू करना है या पूर्ण करना है, को इसका विशेष ध्यान रखना चाहिए। दही और छाछ भूख के लिए अमृत तत्व हैं और पाचन तन्त्र को व्यवस्थित व सामान्य रखते हैं।

17. उ) गोघृत (घी) : गोघृत को अमृत कहा और माना गया है। आयुर्वेद में यही बल है – यही आयु है, क्योंकि इसमें भरपूर प्राणवायु रहती है। यह शरीर के ऊतकों के लिए ऊर्जा और पोषक तत्वों का प्रमुख और समृद्ध स्रोत है। गोघृत को कई बीमारियों और विकारों का शत–प्रतिशत उपचार बताया गया है, इसके लिये इसका नासिका द्वारा प्रयोग किया जाता है। इसे नश्यम या नश्यक्रिया कहते हैं। यह शरीर की ऊष्मा से पिघल कर नासिका–पुटों की झिल्लियों (मेम्ब्रेन) द्वारा कण्ठद्वार से मस्तिष्क और रक्त शिराओं (कोशिकाओं) तक पहुँच जाता है। यह शरीर की उत्तेजना को समाप्त करता है जो शरीर के सुरक्षा तन्त्र और नियन्त्रण तन्त्र को उत्तेजित करता है तथा आन्तरिक वातावरण को सन्तुलित करता है। शरीर की रोग– प्रतिरोधक शक्ति चमत्कारिक रूप से सुध ार जाती है। इससे हृदयाघात की सम्भावना और साथ ही उसका आकार बढ़ने की व अधिक समय मांसपेशियों के सिकुड़ने की भी सम्भावना कम होती है। यह हृदय से मस्तिष्क की कोशिकाओं तक ऑक्सीजनयुक्त रक्त पहुँचाने में सहायता करता है और उन्हें मृत होने से रोकता है।

यह पुराने और संक्रमणकारी रोगों के लिए जबरदस्त प्रतिरोध करता है। इसका छः महीने तक नासिका में व्यवस्थित रूप से उपयोग करने से मच्छरों के दंश का असर नहीं होता व मौसमी व्याधियों से छुटकारा मिलता है। यह विस्मृति या भुलक्कड़ स्वाभाव जैसे रोगों को दूर करता है और मालकांगनी, जटामांसी, शंखपुष्पी के साथ लेने पर स्मरणशक्ति बढ़ाता है। यह मस्तिष्क, दृष्टि व श्रवण से सम्बन्धित रोगों के लिए लाभकारी है।

18. देशी गाय एवं जर्सी (संकरित) नस्ल का अन्तर : यह जानना अति आवश्यक और महत्त्वपूर्ण है कि गायों की वह विदेशी प्रजाति (ब्रीड), जिसके ककूद (कूबड़) नहीं होता और जो मात्रा अधिक दूध देती है, मात्रा जीवित दूध ा-मशीन है, वह शूकर (सूअर) की संकरित प्रजाति है। उसका रूप और आदतें भी यह सिद्ध करती हैं। उसके उत्पादों में रोग निरोधक शक्ति नहीं होती, बल्कि इसमें अंकुश-कृमि (हुक-वर्म) एवं अन्य रोगाणु होते हैं। यह रोगों का बाहरी स्रोत है। इसके दूध व अन्य पदार्थों का त्याग कर देना चाहिए। इनकी अलग पहचान के लिये मैं उन्हें साधित (ट्रीटेड) गाय कहता हूँ।

इनके दूध अथवा अन्य उत्पादों के प्रयोग से बड़ी महिलाओं में स्तन कैंसर होने की सम्भावना रहती है। गर्भ और शिशु जो मधुवशि-सम-वृद्धिकारकों के प्रभावों (इन्सुलिन लाइक ग्रोथ फैक्टर, आई.जी.एफ.) से प्रभावित होते हैं, उनमें बड़े होने पर वक्ष-स्तन कैंसर रोग होने और पुरुषों में आँत (इंटेस्टाइनल) अथवा गुदाद्वार-कैंसर होने की संभावना रहती है। शौच कर्म में रक्त निकल आता है। इसके मांस में सी.जे.डी. का विपरीत होता है जो मस्तिष्क शिराओं को नष्ट करता है, मस्तिष्क में छेद हो जाते हैं जिससे उन्माद, असन्तुलन और अन्त में दुःखद अन्त होता है। पश्चिमी देशों में इन साधित गायों का दूध कोई भी चाय और कॉफी में भी उपयोग में नहीं लेता है। सभी लोग दूध में दुर्गुणों के कारण इसे उपयोग में नहीं लेते हुए काली चाय या कॉफी ही पसन्द करते हैं। स्वाभाविक रूप से इस दूध में पाये जाने वाले खतरनाक तत्वों की वजह से इसका तिरस्कार करते हैं। आज पश्चिमी देशवासी अपने किए पापों के लिए यानि प्राणघातक गाय का निर्माण करने के स्वयं दोषी हैं। इस गाय के तथाकथित दूध में स्वाद और सुगन्ध नहीं होते। कोई भी बच्चा इस दूध को बिना कोको, माल्ट या सूखा फल-पावडर मिलाए नहीं लेता, जब तक कि इसका स्वाद और सुगन्ध बदल न जाए। इससे अधिक बढ़कर रोग फैलाने वाला साध ान और क्या हो सकता है?

19. गोरोचन : यह 15/16 वर्ष से अधिक के ही गोवंश (गाय या बैल) के मस्तिष्क में निर्मित होता है। तत्पश्चात् पित्ताशय में पित्त (द्रव्य) के रूप में एकत्रित होता है। यह इनके सींगों की जीव-गतिविद्या से सूर्य-किरणों की ऊर्जा से निर्मित होता है। हमें इसकी प्राप्ति गोवंश जब प्राकृतिक मृत्यु को प्राप्त होते हैं

तभी होती है। गोरोचन में असाध्य व घातक रोगों को ठीक करने की अद्‌भुत क्षमता है। जब गोवंश की हत्या होती है या वह नृशंस हत्या द्वारा मारा जाता है उस समय यह भयानक कृत्य उसके मस्तिष्क में भय उत्पन्न करता है जिससे गोरोचन पिघलकर नष्ट हो जाता है। इस प्रकार यह अमानवीय कृत्य अपने आप इस प्राकृतिक अमूल्य गोरोचन का निर्माण होने से रोकता है। परिणामस्वरूप यह दुर्लभ तत्व मूर्खता व हिंसापूर्वक नष्ट हो जाता है। दूसरी ओर गोरोचन का कोई प्राकृतिक या कृत्रिम विकल्प नहीं है। विदेश की बहुत सी प्रजातियों में सींग नहीं होती, अतः वे गो कहलाने योग्य नहीं हैं और गोरोचन पैदा नहीं कर सकतीं।

20. ब्रह्माण्ड में पाँच प्रमुख तत्व हैं : पृथ्वी, जल, वायु, तेज (अग्नि), नभ (आकाश)। हमारा शरीर भी इन्हीं पंचतत्वों से बना हुआ है। ये पाँचों तत्व पंचगव्य में पूर्ण रूप से उपलब्ध हैं। अतः पंचगव्य के ये पाँचों तत्व अलग–अलग और सामूहिक रूप में कब्ज से लकर कैंसर तक, केवल मृत्यु को छोड़कर शेष सभी रोगों के निवारण की क्षमता रखते हैं। साथ ही साथ इनसे प्रदूषण रहित पर्यावरण बना रहता है।

21. शरीर त्रिदोषों से प्रभावित रहता है : 1. कफ, 2. पित्त, 3. वात (वायु)। कफ का स्थान हमारे शरीर के वक्ष से ऊपरी भाग में है और हमारे सिर व मस्तिष्क को प्रभावित करता है। पित्त का स्थान वक्ष के नीचे उदर भाग में जननांग के ऊपर है। वायु इन जननांग एवं टाँगों में रहती है। वात या हवा 49 (उनचास) प्रकार की होती है। ऑक्सीजन मात्र हवा ही नहीं अपितु प्राणवायु है। वायु सर्वदा चलती रहती है और पूरे शरीर में भ्रमण करती है। वायु के अपने क्षेत्र से पित्त अथवा कफ के क्षेत्र में प्रवेश करने और अपने ही क्षेत्र के किसी भाग में संचयन से त्रिदोष में असन्तुलन पैदा होता है जो रोग का कारण बनता है। इस प्रकार हमारे शरीर में रोग का प्रवेश सदैव पैरों अर्थात् वायु की ओर से होता है और इस तरह वायु शरीर के ऊपर अन्य भागों में फैलती है। अन्ततः वह ऊँची से ऊँची जाकर हमारे मस्तिष्क की कोशिकाओं, जो हमारी शरीर प्रक्रिया का नियमन करती हैं, में प्रविष्ट होकर उन्हें विकृत, तितर बितर कर स्थिर हो जाती है। परिणामतः शरीर के अंगों व इन्द्रियों पर कोशिकाओं का नियन्त्रण ढीला पड़ जाता है। शरीर की कार्य–संहिता बिगड़ जाती है और हम अस्वस्थ हो जाते हैं। अतः रोग/वात निवारण की सर्वप्रथम प्रक्रिया घी द्वारा प्राणवायु स्रोत से अतिरिक्त प्राणवायु मस्तिष्क कोशिकाओं तक पहुँचकर शुरू होती है। हम प्राणवायु (ऑक्सीजन) पर ही जीवित रहते हैं, जिसे हम अपनी नाक से प्रकृति से निरन्तर ग्रहण करते रहते हैं। समग्र ब्रह्माण्ड में गाय का घी ही एकमात्र ऐसी वस्तु है जिसमें अधिकतम प्राणवायु निर्माणक रसायन रहते हैं। यह भली भाँति जानकारी में है कि एक चम्मच गाय के घी को कण्डों की आग में आहुति देने पर एक टन से अधिक प्राणवायु बनती है, जो अन्य किसी भी उपाय से असम्भव है। अतः

नियमित रूप से दिन में कम से कम एक बार गाय के घी को सूँघना या आवश्यकता पड़ने पर नाक में डालना चाहिए।

22. **मस्तिष्क और हृदय** : प्रतिबिंबित करने की नई तकनीकें, जैसे पी. इ.टी. जाँच व चुम्बकीय तरंगों द्वारा प्रतिबिंबित करना एम.आर.आइ. जाँच, बताती हैं कि हमारा मस्तिष्क जीवन के अन्तिम दशकों में सिकुड़ता है। प्रतिबिंबन की तकनीक मस्तिष्क की सिकुड़न को मस्तिष्क के बाहरी भाग की सलवटों के क्षेत्र से या सबसे ऊपरी आवरण से मापती है, जो हमारे विचारों के लिए जरूरी है। ज्ञान या अनुभव सम्बन्धी गिरावट इस बात का सीधा संकेत है कि याददाश्त वाले क्षेत्र में बीमारी या रोग है। दिल का दौरा या हृदयाघात के अनेक कारण होते हैं,जैसे– गुस्से का दौरा, अत्यधिक क्रोध, तनाव, दाँतों का कटकटाना या दाँत भींचना इत्यादि। जब गुस्सा आपके मस्तिष्क में पूरी तरह छाया होता है तब रक्तचाप उच्च हो जाता है। वह पूरे शरीर तन्त्र को हिला देता है। जब हम गुस्से में लाल होते हैं तो दबाव पैदा होता है, रक्त–दबाव भी बढ़ता है। रक्त–नलियाँ भी तन जाती हैं और रक्त प्रवाह की स्थिति बदल जाती है। दबाव के रसायन बढ़ जाते हैं, रक्त जमने की सम्भावनाएँ बढ़ जाती हैं और नाड़ी की गति तेज हो जाती है। यह याददाश्त (स्मरणशक्ति) के क्षेत्र में या मस्तिष्क की हृदय नियन्त्रण कोशिकाओं में रोग का निश्चित संकेत है। नासिका में गो–घृत के उपयोग से मस्तिष्क कोशिकाओं में स्निग्धता बनी रहती है और वे शक्ति व प्राणवायु से परिपूर्ण रहती हैं, जिससे हमारा व्यवहार शान्त व ठण्डा रहता है। शरीर और मस्तिष्क में आक्रमक स्थितियाँ नहीं आतीं। अतः गाय का घी हृदयाघात से बचने के लिए शक्तिशाली कवच है।

23. सामान्य मस्तिष्क प्रक्रिया के लिए आवश्यक है कि स्नायु–कोशिकाओं (नर्व–सेल्स) के समूहों से विशिष्ट रसायन सम्प्रेषकों (केमिकल ट्रांसमीटर्स) का निर्माण हो, जो इन कोशिकाओं में मुक्त रूप से संचार कर एक दूसरे को उद्दीप्त कर शरीर के ताप को बनाये रखें। जिन लम्बी शाखाओं में से ये सम्प्रेषण करती हैं, वे सिध्म (प्लेक्स) की दलदल में फँसी रहती हैं, मृत और मरणासन्न स्नायु–अवसान (नर्व–टर्मिनल्स) मण्डाभ–प्रोभूजिनों (एमिलाइड प्रोटीन) के असामान्य खण्डों को घेरे रहते हैं। जैसे–जैसे रोग बढ़ता है, स्नायु–कोशिकाएँ (नर्व–सेल्स) और कोशा प्रक्रिया अधिकाधिक दृश्यमान बल ग्रहण कर प्रत्यास्थ–बल न्यासर्गों (स्ट्रेस हारमान्स) को मुक्त करती हैं, जिनसे लड़कर शरीर जीत या हार जाता है। सर्वप्रथम आक्रमण श्वास प्रणाली (रेस्पिरेटरी सिस्टम) पर होता है।

24. **गो–घृत से श्वसन–प्रणाली और मस्तिष्क रोग मुक्ति** : भारतीय गाय के घी की कुछ बूँदें दिन में तीन बार प्रातः, अपराह्न और रात्रि शयन से पहले यदि दो मास तक रोगी के नासिका–छिद्रों में डाली जाए, तो वह वायु के प्रवाह के बीच आने वाली बाधा दूर करने और अनेक दीर्घकालीन रोगों के निवारण

के लिए विलक्षण औषधि का काम करता है। नाक की झिल्ली (मेम्ब्रेन) की मस्तिष्क की कोशिकाओं तक सीधी पहुँच रहती है। वह शरीर की रक्त शिराओं तक भी पहुँचता है। अतः नाक में डाला हुआ घी मस्तिष्क को सीधा प्राणवायु पहुँचाता है, प्राणवायु का प्रवाह बढ़ाने में व्यापक सहायता करता है और शरीर में स्वाभाविक व सुखदायी परिस्थिति उत्पन्न करता है। उसके द्वारा प्रमुख ग्रन्थियों जैसे, तृतीय–नेत्र ग्रंथि, पीयूष ग्रन्थि के माध्यम से कोशिकाओं का उपस्नेहन (लुब्रिकेशन) होता है और शुष्कता, सूजन, जमाव (कोएल्युलेशन), रक्तस्राव (हैमरेज) जैसे रोगों का निवारण होता है। शीत, कोटर–संक्रमण (साइनस इन्फेक्शन) अथवा नासिका–गिल्टी (नेजल पॉलीपस) आदि वायुमार्ग के खुल जाने से और ग्रसनि–कपाट (फैरेन्जाईल वॉल्व) ढीले होने से ठीक हो जाते हैं और श्वसन को रोकने वाला श्लथ (फ्लैसिड) दूर हो जाता है।

25.गोघृत से गहरी नींद : मनुष्य सदा गहरी नींद लेना चाहता है जो अनेक कारणों से उसे प्राप्त नहीं होती है। नींद में खर्राटे, ग्रसनी के मुलायम रेशों के स्पन्दन के कारण उत्पन्न होते हैं। धूम्रपान से भी नाक के रेशे सन्तप्त होकर सूज जाते हैं। प्रातः भ्रमण, मन्द–भ्रमण, मन्द–चलन योग, औषधि–टिकिया, अन्तः क्षेप (इंजेक्शन) तथा और भी अनेक उपचारों को प्रयोग करने पर भी अनेक लोगों में निद्रा–अभाव की शिकायत बनी रहती है। जिन्हें निद्रा नहीं आती हो वे नासिका पुटों में गाय के घी को लगाएँ तो उनकी नींद में सुधार अवश्य होगा। मस्तिष्क निद्रा प्रेरक न्यासर्गों (हारमोन्स) को मुक्त करेगा और चार घण्टे की नींद का काल, 90 मिनट गहरी नींद और हल्की नींद का चक्र बनाये रखेगा। सामान्य कार्य के लिए इतनी नींद पर्याप्त है। अधिक थके लोगों को अधिक विश्राम की आवश्यकता रहती है। इसी प्रकार रजस्वला (मेनोपॉजल) महिलाओं को भी, जो नींद की समस्या और विश्राम के अभाव से त्रस्त होती हैं, इस उपचार से विश्रान्ति मिलती है। गाय के घी के प्रयोग से सभी प्रकार की निद्रा की समस्याएँ दूर होंगी। इसके साथ एक और डॉक्टर की सहायता लेनी होगी, वह डॉ. है आहार। अच्छा और पर्याप्त आहार लीजिये और आनन्द से सोइये।

26. जो लोग गाय का घी नाक (नासिका) में उपयोग नहीं करते, उनके लिये गहरी नींद सोना अत्यन्त दुर्लभ या स्वप्नवत् होगा। गाय का घी शरीर में प्राणवायु के स्तर को सन्तुलित करता है तथा नींद न आने के कारणों, जैसे 1. अनिद्रा (इन्सोम्निया), 2. नींद में श्वसन अवरोध, 3. अत्यधिक निद्रा (नार्कोलेप्सी), 4. लगातार करवटें बदलना (नींद में हलचल), पैरों में विचित्र प्रकार का अनुभव इत्यादि को दूर करता है। नींद हमारी जीवनचर्या का अभिन्न अंग है। जीवन का एक तिहाई समय नींद में खर्च हो जाता है। घी, अपने प्राणवायु के गुणों के कारण पैरों के तलवों पर लगाने से मस्तिष्क, आँखों, छाती, पेट, अंगुलियों के अग्रभाग और पाँव को

संवेदनाओं का संचालन करता है। प्राणवायु (ऑक्सीजन) की कमी से छाती, हृदय व फेफड़ों पर तनाव पड़ता है, जो घी से सामान्य हो जाता है। अनिद्रा से उच्च रक्तचाप, हृदयाघात या हृदय का झटका इत्यादि रोग होते हैं। अतः हमें उपरोक्त तरीके से गाय के घी का उपयोग करना चाहिए।

27. बालों का झड़ना बन्द : नाक में गाय के घी से बालों का झड़ना तो बन्द होता ही है, साथ ही 4–6 महीने के लगातार उपयोग से बालों का कम होना उड़ना भी बन्द हो जाता है।

28. गोघृत की विशेषता : गाय के घी को रात्रि में पैर के तलवों पर मलने से मन शान्त रहकर अच्छी नींद आयेगी, नेत्रों की ज्योति बढ़ेगी और शरीर संकटों से जूझने में समर्थ रहेगा। नाभि में गाय के घी की एक बूँद डालकर उसे दाहिने और बायें अपने अनामिका (रिंग फिंगर) से घुमाकर मालिश की जाए तो आपके शरीर की रोध–शक्ति उच्च और ओजस्वी रहेगी। ये सभी समस्याएँ किसी भी रूप में गाय के घी से बढ़ नहीं पाती हैं। घी के प्रयोग से प्राणवायु और ऊर्जा की भरपूर प्राप्ति होगी और श्वसन–प्रणाली (रेस्पिरेटरी सिस्टम) ठीक चलेगी। उससे शरीर पर रोगों का आक्रमण नहीं होगा और आप भी 'स्वयं कर देखिये' चिकित्सा के अधिकारी विशेषज्ञ बन जाएंगे।

29. वसा (चर्बी) : वसा हमारे आहार का अनिवार्य घटक है। हमें वसा अधिकतर खाने के तेलों, वनस्पति व घी से मिलती है। गो–घृत में वह वसा (चर्बी) नहीं होती है जो पश्चिमी वैज्ञानिकों ने समझी या परिभाषित की है। गो–घृत विशेषतः बढ़ते हुए बच्चों के लिए संग्रहीत ऊर्जा प्रदान करता है। यह कोशिकाओं व वृद्धिकारकों (ग्रोथ हारमोन) जैसे पदार्थों को बनाने में मदद करता है, तेल में घुलनशील विटामिनों का वाहक होता है एवं रक्त में कॉलस्ट्राल का स्तर बनाये रखता है। यह भोजन में मधुर सुगन्ध व स्निग्धता लाता है। कॉलस्ट्राल एक ऐसा प्राकृतिक तत्व है, जो शरीर की उपापचयी क्रिया के लिए आवश्यक है, किन्तु अनिवार्य पोषक तत्व नहीं है। रक्त के अन्दर के कॉलस्ट्राल से शरीर तन्तु कैसे कड़े पड़ जाते हैं, यह अब भी विवाद का विषय है, क्योंकि प्रति वर्ष नए शोध सामने आते हैं। आधुनिक लोकघृष्ट लोकमान्यता के विपरीत गो–घृत में कॉलस्ट्राल नहीं होता। देशी गो–घृत के उपयोग से शरीर के कॉलस्ट्राल के स्तर में कमी आती है, इसके लिए अन्य बातें जैसे जीवन शैली, सन्तुलित आहार भी उतने ही जरूरी हैं व उन्हें दृष्टि से ओझल नहीं किया जा सकता। मांसाहार का सदैव त्याग करना चाहिए। जो शक्ति गो–दुग्ध व घी से मिलती है वह कभी भी मांसाहार से नहीं मिलती है।

30. हृदय और वाहक नलियों के रोगों में वसा की किस्मों का महत्त्वपूर्ण भाग होता है। भोजन (आहार) में अधिक वसा हमें ज्यादा कैलोरी प्रदान करती है जिससे मोटापा व उससे सम्बन्धित रोग, यानि अत्यधिक तनाव इत्यादि होते हैं। कुछ

प्रकार की वसाएँ कॉलस्ट्राल का स्तर बढ़ाती हैं और कुछ कम करती हैं। गोघृत एक ऐसा तत्व है जो कॉलस्ट्राल कम करता है या नियन्त्रण में रखता है। वसा में तीन तत्व अलग–अलग प्रमाण में उनके मूल स्थान, अर्थात् वे जहाँ से ग्रहण किये गये हैं, के अनुसार होते हैं। सन्तृप्त ठोस रूप में, मध्य रूप (मोनोअनसेचूरेटेडमूफा) में या तरल रूप (पॉली अनसॅचूरेट पूफा) में। विपुल मात्रा में वसा नारियल, खजूर, वनस्पति या अन्य घी जैसे पदार्थों में सामान्य ताप पर ठोस रूप में होती है। गोघृत सामान्य तापमान पर द्रव रूप में होता है तथा खाने के लिए पूर्ण सुरक्षित है। यह उस उत्तेजक का काम करता है जो ह्रदय की बीमारियों को कम करता है।

31. गोघृत की प्रयोग विधि : अप्रत्यक्ष ताप से घी को कुनकुना कीजिए। सिरहाना न लेकर चित्त लेटिये और बिन्दुपाती (ड्रॉपर) से तीन या चार बूँद प्रत्येक नासिका में डालकर पाँच मिनट लेटे रहिए। घी को अपनी गति से जाने दें, खीचें नहीं। अब इसी समय नाभि में भी घी लगाकर थोड़े समय अनामिका उँगली से मालिश (मर्दन) कीजिए।

महत्त्वपूर्ण सूचना : ऐसा गोघृत या घी, गोदुग्ध को ठीक से जमाकर बने दही को अच्छी लकड़ी की बिलौनी द्वारा हाथ से बिलोकर निकाला जाये। तब ही हमें अपेक्षित लाभ, गुण, स्वाद, आयुर्वेदिक उपयोग, ऊर्जास्विता, स्निग्धता और रोग मुक्त करने के गुण घी में मिलेंगे न कि यान्त्रिक मथनी से निकले हुए घी से। दूध की मलाई से सीधे निकले हुए अथवा निकाले गये घी, अथवा यांत्रिक मथनी या मिश्रण यन्त्र (मिक्सी) द्वारा प्राप्त घी में पर्याप्त रोग निवारक औषधि–गुण और क्षमता नहीं होगी, अतः वह प्रभावी नहीं होगा। उसका प्रयोग न करें। आपका परिश्रम व्यर्थ जाएगा।

32. मेरा अनुरोध : मेरे प्रिय मित्रों, एक बार यदि आप गो–घृत चिकित्सा का अनुपालन करेंगे, तब आपको आश्चर्य होगा कि आपके जीवन की कार्यशक्ति, कार्य प्रणाली एवं गुणवत्ता में आशातीत वृद्धि कैसे हुई? ध्यान रखें कि घी सदैव दूध को जमाकर, दही बनाकर उसी को मथकर निकालना चाहिए।

33. आयुर्वेद और गो–घृत : आयुर्वेद के द्वारा मानव को दी गयी गव्य चिकित्सा में घी के अनेक उपयोग हैं, जिनमें से एक का वर्णन मैंने किया है। आयुर्वेद में अगणित प्राकृतिक औषधियाँ, जड़ी–बूटी की औषधियाँ तथा खनिज उत्पाद, प्राणिज पदार्थ हैं उनमें गाय के घी का उपयोग बताया गया है। इसने हजारों वर्ष तक रोगों से संरक्षण और बीमारी से मुक्ति देने का कार्य किया है।

34. पाँच सितारा अस्पतालों में रोगी बड़ी संख्या में कतारों में हैं। निर्धन वर्ग को अस्पतालों में बिस्तर के लिए कड़ा संघर्ष और मशक्कत करनी पड़ती है। गो चिकित्सा के अतिरिक्त कोई व्यावहारिक उपाय फिलहाल दिखाई नहीं दे रहा, जहाँ उपचार कारगर रीति से घर पर ही हो सके।

35. गोवंश अब अनेक कारणों से प्राचीन काल से भी अत्यावश्यक होता

जा रहा है। केवल मानव जाति ही नहीं, अपितु सभी जीवों व पर्यावरण के लिए इनके अमूल्य योगदान जैसे कारणों से गोवंश हत्या राष्ट्र के आरोग्य व आर्थिक उन्नति के लिए तत्काल बन्द की जानी चाहिए और इस पर कानूनन पाबन्दी भी लगानी चाहिए। अनेक मुसलमान भाइयों व कई अन्य समुदायों के लोगों ने गैरकानूनी रूप से अपने आपको इस व्यवसाय में लगा रखा है। इस प्रकार के ये लोग राष्ट्र–विरोधी व राष्ट्र के स्वाभाविक शत्रु हैं। बहुत से इस प्रकार के लोगों को विदेशों में बसे तस्करों से प्रोत्साहन व धन मिलता है तथा वे राष्ट्र का आरोग्य व पर्यावरण नष्ट करने में लगे हैं। इन्हें शाकाहारियों के साथ मिलकर व मुख्य धारा में सम्मिलित होकर पशुओं के साथ क्रूरता बन्द करनी चाहिए।

गाय के पंचगव्य के विषय में अधिक विस्तार पूर्वक जानने की जिन्हें जिज्ञासा हो, ऐसे किसी भी व्यक्ति को कहीं भी और कभी भी अधिक जानकारी देने और समझाने के लिऐ मैं अपनी विनम्र सेवाएँ समर्पित करता हूँ।

चेतावनी

वे व्यक्ति जो गाय और गोवंश का आदर नहीं करते हैं और उन्हें केवल आहार का एक अंग मानते हैं, उन्हें न्याय की कुर्सी पर बैठकर गाय और गोवंश से सम्बन्धित निर्णय देने का कोई नैतिक अधिकार नहीं है। न्याय की कुर्सी पर बैठने वाले महानुभावों से कम से कम यह अपेक्षा की जाती है कि वे पूर्ण निष्पक्ष, समर्पित, विवेकी और संवेदनशील हों। भारत कृषि प्रधान देश है, इसलिए खेती करने वालों सहित सर्वसामान्य व्यक्ति के हित को सर्वोपरि महत्त्व दिया जाना चाहिए। यह समाज की सुख–शान्ति व समृद्धि के लिए आवश्यक है।

हम गोवंश को पशु नहीं मानते हैं, अपितु उन्हें देवतुल्य समझकर उनकी पूजा, सम्मान करते हैं, क्योंकि भारत में वे हमारी अर्थव्यवस्था व आरोग्य का महत्त्वपूर्ण अंग हैं। इसी प्रकार राजनीतिज्ञों, जिन्होंने भ्रष्टाचार को एक जीवन शैली और नियम ही बना लिया है और जनता–जनार्दन की भावनाओं व अपेक्षाओं की ओर ध्यान न देकर शक्तिशाली आर्थिक समुदायों के संकेत पर चलकर उपेक्षा की अनुत्तरदायी दृष्टि से देख रहे हैं व एक प्राइवेट कम्पनी की भाँति लोगों पर शासन कर रहे हैं, से नम्र निवेदन है कि वे इस तरह के आदर्श लोगों के सम्मुख रखें जिन पर सभी का भरोसा हो व अविश्वास की शून्यता को समाप्त किया जा सके। इससे भी अधिक उन्हें वोट–बैंक के प्रलोभन व स्वार्थपरता को दूर रखकर मानवीय व राष्ट्रीय दृष्टिकोण अपनाना चाहिए और हमारे कृषि–प्रधान देश के व्यापक हित को समझते हुए ऐसे अमानवीय कार्यों से दूर रहना चाहिए। उन्हें राष्ट्र के व्यापक हित में देश में गोवंश की हत्या पर प्रतिबन्ध के लिए निर्भीक होकर दृढ़ता के साथ आगे आना चाहिए।

गौरीशंकर जे. माहेश्वरी

□□□□□

भाग – 2
गौ क्या है ? गौमूत्रा क्या है ?

महाराज दिलीप को शान्त स्वर में नन्दिनी कहती है –

''न केवलां पयसा प्रसूतिम्–वे हि मां काम दुधां प्रसन्नाम्''

अर्थ-: मैं प्रसन्न होने पर सभी कामनाओं की पूर्ति करने वाली हूँ। मुझे केवल दूध देने वाली ही न समझे रहना।

गौ में सब देवताओं का वास है। यह कामधेनु का स्वरूप है। सभी नक्षत्रों की किरणों का यह रिसीवर है, प्राप्तकर्ता है। अतएव सबका प्रभाव इसी में है। जहाँ गौ है वहाँ सब नक्षत्रों का प्रभाव रहता है। सभी देवताओं की कृपा होती है। गौ ही ऐसा दिव्य प्राणी है, जिसकी रीढ़ की हड्डी के अंदर सूर्य केतु नाड़ी होती है। इसलिए दूध, मक्खन, घी स्वर्ण आभा वाला है। सूर्य केतु नाड़ी, सूर्य की किरणों के द्वारा रक्त में स्वर्ण क्षार बनाती है – वही स्वर्ण क्षार गौ रस में विद्यमान है।

गौमूत्र क्या है?

गौ के रक्त में प्राण शक्ति होती है। गौमूत्र, रक्त का गुर्दों द्वारा छना हुआ भाग है। गुर्दे रक्त को छानते हैं। जो भी तत्त्व इसके रक्त में होते हैं वही तत्त्व गौमूत्र में हैं।

आवश्यक प्रश्नोत्तरी

प्रश्न 1 : गौमूत्र किस गाय का लेना चाहिए?

उत्तर – जो वन में विचरण करके, व्यायाम करके इच्छानुसार घास का सेवन करे, स्वच्छ पानी पीवे, स्वस्थ हो; उस गौ का गौमूत्र औषधि गुणवाला होता है। शास्त्रीय निर्देश है कि – ''अग्रमग्रं चरन्तीनामोषधीनां वने वने''।

प्रश्न 2 : गौमूत्र किस आयु की गौ का लेना चाहिए?

उत्तर – किसी भी आयु की– बच्ची, जवान, बूढ़ी–गौ का गौमूत्र औषधि प्रयोग में काम में लाना चाहिए।

प्रश्न 3 : क्या बैल, छोटा बच्चा या वृद्ध बैल का भी गौमूत्र औषधि उपयोग में आता है?

उत्तर : नर जाति का मूत्र अधिक तीक्ष्ण होता है, पर औषधि उपयोगिता में कम नहीं है, क्योंकि प्रजाति तो एक ही है। बैलों का मूत्र सूँघने से ही बंध्या (बाँझ) को सन्तान प्राप्त होती है। कहा है : ''ऋषभांश्चापि, जानामि राजन्

पूजितलक्षणान्। येषां मूत्रामुपाघ्राय, अपि बन्ध्या प्रसूयते।।" (संदर्भ–महाभारत विराटपर्व)

अर्थ : उत्तम लक्षण वाले उन बैलों की भी मुझे पहचान है, जिनके मूत्र को सूँघ लेने मात्र से बंध्या स्त्री गर्भ धारण करने योग्य हो जाती है।

प्रश्न 4 : गौमूत्र को किस पात्र में रखना चाहिए?

उत्तर : गौमूत्र को ताँबे या पीतल के पात्रा में न रखें। मिट्टी, काँच, चीनी मिट्टी का पात्र हो एवं स्टील का पात्र भी उपयोगी है।

प्रश्न 5 : कब तक संग्रह किया जा सकता है ?

उत्तर : गौमूत्र आजीवन चिर गुणकारी होता है। धूल न गिरे, ठीक तरह से ढँका हुआ हो, गुणों में कमी खराब नहीं होता है। रंग कुछ लाल, काला ताँबा व लोहा के कारण हो जाता है। गौमूत्र में गंगा ने वास किया है। गंगाजल भी कभी खराब नहीं होता है। पवित्रा ही रहता है। किसी प्रकार के हानिकारक कीटाणु नहीं होते हैं।

प्रश्न 6 : जर्सी गाय के वंश का गौमूत्र लिया जाना चाहिए या नहीं?

उत्तर : नहीं लेना चाहिए।

आधुनिक रसायन शास्त्र के अनुसार गौमूत्र के रासायनिक तत्वों का रोगों पर प्रभाव विवरण

क्र.सं.	रासायनिक तत्त्वों के नाम	रोगों पर तत्त्वों के प्रभाव
1.	नाइट्रोजन	मूत्रल, वृक्क का प्राकृतिक उत्तेजक, रक्त विषमयता को निकालता है।
2.	गंधक (सल्फर)	बडी आँत की पुरःसरण क्रिया को बल मिलता है। रक्त शोधक है।
3.	अमोनिया	यह शरीर धातुओं और रक्त संगठन को स्थिर करता है।
4	अमोनिया गैस	फेफड़ों व श्वसन अंगों को संक्रमण से बचाता है।
5.	तांबा (कॉपर)	अनुचित मेद (चर्बी) को बनने से रोकता है। शरीर की जीवाणुओं से रक्षा करता है।
6.	आयरन	रक्त में उचित लाल कणों का निर्माण बनाये रखता है। कार्य शक्ति स्थिर रखता है।
7.	यूरिया	मूत्र उत्सर्ग पर प्रभाव करता है। कीटाणु नाशक है।
8.	यूरिक एसिड	ह्रदय शोथ नाशक, मूत्रल होने से विषशोधक है।
9.	फॉस्फेट	मूत्रवाही संस्थान से सिकता कण (पथरी कण) निकालने में सहायक है।
10.	सोडियम	रक्त शोधक, अम्लता नाशक है।
11.	पोटेशियम	आमवात नाशक क्षुधा कारक है। मांसपेशी दौर्बल्य, आलस्य मिटाता है।
12.	मैंगनीज	कीटाणुनाशक, कीटाणु बनने से रोकता है, गैंगरीन सड़ांध से बचाता है।
13.	कार्बोलिक एसिड	कीटाणु नाशक, कीटाणु बनने से रोकना, गैंगरीन, संडाघ से बचाता है।
14	कैल्सियम	रक्त शोधक, अस्थि पोषक, जन्तुघ्न, रक्त, स्कन्दक है ।
15	लवण (नमक)	दूषित व्रण, नाड़ी व्रण, मधुमेह जन्य संन्यास, विषमयता, अम्लरक्तता नाशक, जन्तुघ्न।

16	विटामिन ए,बी, सी,डी,ई	विटामिन–बी जीवनीय तत्व, उत्साहस्फूर्ति बनाये रखना, घबराहट, प्यास से बचाता है। अस्थि पोषक प्रजनन शक्ति दाता है।
17	अन्य मिनरल्स	रोग प्रतिरोधक शक्ति को बढ़ाता है।
18	दुग्ध शर्करा	तृप्ति रहती है। मुख शोष, ह्रदय को ताकत देता है, स्वस्थ करता है। प्यास, घबराहट को मिटाता है।
19	एन्जाइम्स	पाचक रस बनाते हैं। रोग प्रतिरोधक शक्ति (आरोग्यकारक तत्व) बढ़ाते हैं।
20	जल	जीवनदाता है, रक्त को तरल बनाए रखता है। तापक्रम को स्थिर रखता है।
21	हिप्युरिक एसिड	मूत्र के व्दारा विषों को बाहर निकालता है।
22	क्रियाटिनिन	जन्तुघ्न है।
23	हार्मोन्स	आठ मास की गर्भवती गाय के गौमूत्र में हारमोन्स ही होते हैं। जो स्वास्थ्यवर्धक है।
24	स्वर्ण क्षार जन्तुघ्न,	रोग निरोधक शक्ति बढ़ाता है।

भारतीय गाय–विषनाशनी

जा घर, तुलसी अरु गाय। ता घर, वैद्य कबहु न जाय।।

कहा है : जीवन्तु अवध्न्याः ता मे विषस्य दूषणीः

अर्थ : अवध्य गौवें जीवित रहें, वे विष दूर करती हैं। आयुर्वेद में विषैले पदार्थों को गौमूत्र से ही शुद्ध किया जाता है।

"गौमूत्रो त्रिदिनं, स्थाप्यय विषं तेन विशुध्यति"।

यह गौमाता के विषय में एक विशेषता है।

गाय के खाने में कभी विषैला या हानिकारक तत्व आ जाता है तो वह उसको मांस में सोख लेती है तथा मूत्र, गोबर एवं दूध में उत्सर्जित नहीं करती है अथवा अति अल्प मात्रा में छोड़ती है। ऐसा अन्य पशुओं को पदार्थ देकर दूध व मूत्र परीक्षा करके जाँच में पाया गया है। इसीलिए गौमूत्र पवित्र व गौमय मलशोधक है। गौ दूध तो विषनाशक है ही, गौमूत्र का "पंचगव्य" में भी में समावेश हुआ है। पंचगव्य को सर्व रोगनाशक कहा है।

"यत्वगस्थि, गतं, पापं देहे, तिष्ठति, मामके।

प्राशनात, पंचगव्यस्य, दहत्यग्निरिवेन्धनम्" ।।

अर्थ : त्वचा से अस्थि तक, जो भी पाप (रोग) मेरे शरीर में हों, वे ऐसे नष्ट हो जाते हैं जैसे अग्नि से ईंधन ।

आयुर्वेद ग्रंथानुसार गौमूत्र के गुण

आयुर्वेद, वेदों से लिया गया चिकित्सा का अंग है। वेद ब्रह्म वाक्य जनार्दनम् हैं। इसलिए आप्तोपदेश कहे गए हैं। गौमूत्र प्रभाव से भी निरोग करता है। "अचिन्त्य शक्ति" इति प्रभाव कहा है। जिस शक्ति का चिन्तन (वर्णन) नहीं किया जा सकता है। गौमूत्र के आयुर्वेद में गुण बताए हैं।

आयुर्वेद के अनुसार वर्णन –

रसः कटु, तिक्त, कषाय, मधुर, लवण है। पंचरस युक्त है।

गुण : पवित्र,विषनाशक,जीवाणुनाशक,त्रिदोषनाशक,तांत्रिक,मेधाशक्तिवर्धक अकेला ही पीने से सभी रोग नाशक है। पूरे गुण आगे बर्णित हैं।

वीर्य : उष्ण वीर्य है। **विपाक** : कटु है।

प्रभाव : तांत्रिक, सर्वरोग नाशक है। यह कायिक, मानसिक रोगों का नाश करता है। यह योगियों का दिव्य पान है, जिससे वे दिव्य शक्ति पाते थे। गौमूत्र में गंगा ने वास किया है। सर्वपाप (रोग) नाशक है। अमेरिका में भी अनुसंधान से सिद्ध हो गया है कि विटामिन 'बी' तो गौ के पेट में सदा ही रहता है।

यह सतोगुण वाला है। विचारों में सात्विकता लाता है। 6 मास लगातार पीने से आदमी की प्रकृति सतोगुणी हो जाती है। रजोगुण, तमोगुण का नाशक है। शरीरगत विष भी पूर्ण रूप से मूत्र, पसीना, मलांश के द्वारा बाहर निकालता है। मनोरोग नाशक है। आयुर्वेद में कहा गया है :–

गव्यं पवित्रं च रसायनम् च पथ्यं च हृद्यं बल बुद्धि स्यात्।
आयु प्रदं, रक्त विकार हारि, त्रिदोष, हृद्रोग, विषापहं स्यात।

अर्थ : गौमूत्र (पंचगव्य) परम रसायन, पथ्य, हृदय को आनन्द देने वाला, बल बुद्धि प्रदान करने वाला है। यह आयु प्रदान करने वाला, रक्त के समस्त विकारों, दोषों को दूर करने वाला, कफ वात तथा पित्तजन्य तीनों दोषों, हृदय रोगों व विष के प्रभाव को दूर करने वाला है।

सुश्रुत संहिता सूत्र स्थान के 45 वें अध्याय में गौमूत्र के पूरे गुण लिखे गये हैं। सुश्रुत संहिता 5000 वर्ष पुराना आयुर्वेद का ग्रंथ है। आयुर्वेद वेदों से लिया गया है। चरक संहिता, राजनिघंटु, वृद्धवागभट्ट, अमृतसागर में वर्णन आया है। 'अष्टांग संग्रह' के अनुसार –

"गव्यं सुमधुरं किन्चिद् दोषघ्नं कृमी कुष्ठनुत्
कण्डुन्घ्न, शमयेत, पीतं सम्यक् दोषोदरे हितम्।"

(चरक सु. अ 1 श्लोक 100)

सुश्रुत संहिता में निम्न रूप से फिर वर्णन है कि **तीक्ष्णान्युष्णानि, कटुनी, तिक्तानी, लवणानुरसानी, लघुनि, शोधनानि, कफवातघ्न, कृमि,**

मेदो, विष, गुल्मार्श, उदर, कुष्ठ, शोफारोचक, पाण्डुरोग, ह्रद्यानी दिपनानिच सामान्यः। (सूत्रा अ. 45 श्लोक 217)

सुश्रुत सू. अ. 45 श्लोक 217 का पुनः इसी आर्ष ग्रंथ में वर्णन है। गौमूत्रं कटु तीक्ष्णोष्णं सक्षारस्नान वातलम् लघ्वाग्नि, दिपनं, मध्यं, पित्तल, कफवात, शुलं, गुल्मोदरानाहविरे कास्थापनादिषु, मूत्रा प्रयोग साध्येषु गव्यं, मूत्रा प्रयोजयेत सु.अ. 220–221

गौमूत्र कड़वा, चरका, कषैला, तीक्ष्ण, उष्ण, शीघ्र पाचक, मस्तिष्क के लिए शक्तिवर्धक, कफ वात हरने वाला, शूल (ब्वसपब) गुल्म, उदर, आनाह, कुण्डु (प्जबीपदह च्पद) खुजली, मुखरोग नाशक है। यह किलास (स्लबवकमतउव) कुष्ठ, आम, बस्तिरोग नाशक है। नेत्र रोग नाशक है। इससे अतिसार (।उमइपेपे) वायु के सब विकार, कास, शोथ, उदररोग, कृमि, पाण्डु, तिल्ली, कर्णरोग, श्वास, मलावरोध, कामला, बिल्कुल ठीक होते हैं।

चिकित्सा में गौमूत्र का ही प्रयोग करना चाहिए। सभी मूत्रों में गौमूत्र में गुण अधिक है। अतः गौमूत्र का ही प्रयोग करना चाहिए। आयुर्वेद के अति प्रचलित ग्रंथ भाव प्रकाश संग्रह में भाव मिश्र ने निम्नलिखित गुण लिखे हैं।

गौमूत्रं, कटु, तीक्षोष्ण, क्षार तिक्त कषायकम्।
लघ्वाग्नि दीपनं, पित्त कृत्कफ वात नुत।।
शुल, गुल्म, उदर, आनाह, कण्डु अक्षि मुखरोगजित्।
किलासगद्वातम् वस्ति कुष्ठ नाशकम्।।
कास, स्वासापहम् शोथ, कामला पाण्डु रोगहरत्।
कण्डु विलास गद्, शूलं, मुख अक्षिरोगान्।।
गुल, अतिसार, मरुदामय, मुखरोधान्।
कास, सकुष्ठ जठर, कृमि, पाण्डुरोगान।।
गौमूत्रं एकं पिवेत पाक, करोति।
सर्वेष्वपि च मुत्रोषुगौमूत्रं गुणोतेऽधिकम।।
अतो अविशेषात्कथने, मूत्रां गौमूत्रा उच्यते।
प्लीहा, उदर, श्वास कास, शौथ, वर्चो ग्रहापहम्।।
शूल, गुल्मअर्श आनाह, कामला, पाण्डु रोग जित्।।
कषाय, तिक्त, तीक्ष्ण, पूरणात्कर्ण शूलह्रत्।।

अध्याय 19 श्लोक 1 से 6 भावप्रकाश पूर्वखंड नि.घ.

अर्थः गौमूत्र चरका, तेज, गरम, क्षार, कड़वा, कषैला, लवण अनुरस, लघु अग्नि दीपक, मस्तिष्क के ज्ञान तन्तुओं को बढ़ाने वाला, वात कफ नाशक पित्त करने वाला है। पेट में दर्द, वायुगोला, पेट के अन्य रोग, खुजली, नेत्र रोग मुख के सभी रोगों को नष्ट करता है। श्वित्र (सफेद दाग) (लिकोडरमा), रक्त विकार, सभी

कुष्ठ ठीक हो जाते हैं। कफ, श्वास, शोथ, पीलिया (कामला), रक्त की कमी, दस्त लगना (अतिसार), वायु के सभी रोग, सभी कीटाणु नष्ट करता है। गौमूत्र एक (अकेला) ही पीने से विकार नष्ट कर देता है। सभी प्रकार के मूत्रों से गोमूत्र में गुण अधिक है। लीवर, तिल्ली, उदर रोग, सूजन, दस्त साफ न आना, बवासीर, कर्ण में डालने से कान के रोग नष्ट होते हैं।

आम वृद्धि, मूत्र रोग, स्नायु विकार, अस्सी प्रकार के वात रोग नष्ट होते हैं। सारांश है कि सम्पूर्ण रोगों पर एक अकेला गौमूत्र ही पूर्ण सक्षम है। फारसी ग्रन्थ, 'अजायबुल्मखलुकात' में अनेक असाध्य रोगों की गौमूत्र से चिकित्सा का वर्णन है।

रोग क्यों होते हैं ?
विश्वमान्य सिद्धांत

रोग होने के निम्न कारण हैं।

1. विभिन्न जीवाणुओं के किसी प्रकार से शरीर में विभिन्न अंगों पर आक्रमण करने के कारण।
2. शरीर की रोग प्रतिरोधक शक्ति की कमी के कारण.
3. दोषों (त्रिदोष) के विषम हो जाने के कारण।
4. आरोग्यदायक तत्त्वों (जींस) की किसी प्रकार की कमी के कारण।
5. कुछ खनिज तत्वों की कमी के कारण।
6. मानसिक विषाद के कारण।
7. किसी भी औषधि के अति प्रयोग के कारण।
8. विद्युत तरंगों की कमी के कारण।
9. वृध्दापकाल में ऊपरोक्त किन्हीं के कारण।
10. आहार में पौष्टिक तत्त्वों की कमी के कारण।
11. आत्मा की आवाज के विरुद्ध काम करने के कारण।
12. पूर्वजन्मों के पापों के कारण। (जिन्हें कर्मज व्याधियाँ कहते हैं)
13. भूतों के शरीर में प्रवेश से भूताभिष्यंग रोग हो जाते हैं।
14. माता पिता के वंश परम्परा से भी रोग होते हैं।
15. विषों के द्वारा रोग होते हैं।

गौमूत्र रोगों पर कैसे विजयी होता है?

1. गौमूत्र में किसी भी प्रकार के कीटाणु नष्ट करने की चमत्कारी शक्ति है। सभी क़ीटाणुजन्य व्याधियाँ नष्ट होती हैं।

2. गौमूत्र दोषों (त्रिदोष) को समान बनाता है। अतएव रोग नष्ट हो जाते हैं।
3. गौमूत्र शरीर में यकृत (लिवर) को सही कर स्वच्छ खून बनाकर किसी भी रोग का विरोध करने की शक्ति प्रदान करता है।
4. गौमूत्र में सभी तत्त्व ऐसे हैं, जो हमारे शरीर के आरोग्यदायक तत्त्वों की कमी की पूर्ति करते हैं।
5. गौमूत्र में कई खनिज, खासकर ताम्र होता है, जिसकी पूर्ति से शरीर के खनिज तत्त्व पूर्ण हो जाते हैं। स्वर्ण क्षार भी होने से रोगों से बचने की यह शक्ति देता है।
6. मानसिक क्षोभ से स्नायु तंत्र (नर्वस सिस्टम) को आघात होता है। गौमूत्र को मेध्य और हृद्य कहा गया है। यानी मस्तिष्क एवं हृदय को शक्ति प्रदान करता है। अतएव मानसिक कारणों से होने वाले आघात से हृदय की रक्षा करता है और इन अंगों को होने वाले रोगों से बचाता है।
7. किसी भी प्रकार की औषधियों की मात्रा का अतिप्रयोग हो जाने से जो तत्त्व शरीर में रहकर किसी प्रकार से उपद्रव पैदा करते हैं उनको गौमूत्र अपनी विषनाशक शक्ति से नष्ट कर रोगी को निरोग करता है।
8. विद्युत तरंगें हमारे शरीर को स्वस्थ रखती हैं। ये वातावरण में विद्यमान हैं। सूक्ष्मातिसूक्ष्म रूप से तरंगें हमारे शरीर में गौमूत्र से प्राप्त ताम्र के रहने से ताम्र के अपने विद्युतीय आकर्षक गुण के कारण शरीर से आकर्षित होकर स्वास्थ्य प्रदान करती हैं।
9. गौमूत्र रसायन है। यह बुढ़ापा रोकता है। व्याधियों को नष्ट करता है।
10. आहार में जो पोषक तत्त्व कम प्राप्त होते हैं उनकी पूर्ति गौमूत्र में विद्यमान तत्त्वों से होकर स्वास्थ्य लाभ होता है।
11. आत्मा के विरुद्ध कर्म करने से हृदय और मस्तिष्क संकुचित होता है, जिससे शरीर में क्रिया कलापों पर प्रभाव पड़कर रोग हो जाते हैं। गौमूत्र सात्विक बुद्धि प्रदान कर, सही कार्य कराकर इस तरह के रोगों से बचाता है।
12. शास्त्रों में पूर्व कर्मज व्याधियाँ भी कही गयी हैं जो हमें भुगतनी पड़ती हैं। गौमूत्र में गंगा ने निवास किया है। गंगा पाप नाशिनी है, अतएव गौमूत्र पान से पूर्व जन्म के पाप क्षय होकर इस प्रकार के रोग नष्ट हो जाते हैं।
13. शास्त्रों के अनुसार भूतों के शरीर प्रवेश के कारण होने वाले रोगों पर गौमूत्र इसलिए प्रभाव करता है कि भूतों के अधिपति भगवान

शंकर हैं। शंकर के शीश पर गंगा है। गौमूत्र में गंगा है, अतएव गौमूत्र पान से भूतगण अपने अधिपति के मस्तक पर गंगा के दर्शन कर, शान्त हो जाते हैं। और इस शरीर को नहीं सताते हैं। इस तरह भूताभिष्यंगता रोग नहीं होता है।

14. जो रोगी वंश परंपरा से रोगी हो, रोग के पहले ही गोमूत्र कुछ समय पान करने से रोगी के शरीर में इतनी विरोधी शक्ति हो जाती है कि रोग नष्ट हो जाते हैं।

15. विषों के द्वारा रोग होने के कारणों पर गौमूत्र विषनाशक होने के चमत्कार के कारण ही रोग नाश करता है। बड़ी–बड़ी विषैली औषधियाँ गौमूत्र से शुद्ध होती हैं। गौमूत्र, मानव शरीर की रोग प्रतिरोधनी शक्ति को बढ़ाकर, रोगों को नाश करने की क्षमता देता है। प्उउनदपजल च्वूमत देता है। निर्विष होते हुए यह विषनाशक है। ।दजप.ज्वगपब है।

पंचगव्य

गौ दूध, गौ दही, गौ घी (घृत) गौमूत्र और गोमय, से बनने वाले कुछ स्वास्थ्यरक्षक योग

1. गौमूत्र अर्क
2. गौमूत्र घनवटी
3. गौमूत्र हरड़े चूर्ण
4. गौमूत्र हरितकी वटी
5. गौमूत्रासव
6. बालपाल रस
7. नारी संजीवनी
8. गौमूत्र पुनर्नवादि अर्क
9. गौमूत्र पुनर्नवादि वटी
10. गौमूत्र गुड़मारादि अर्क
11. गौमूत्र मधुमेहारी वटी
12. गौतक्रासव
13. गौतक्रारिष्ट
14. पंचगव्य घृत
15. त्रिफलादि घृत
16. अष्टमंगल घृत
17. ब्राह्मी घृत
18. अर्जुन घृत
19. जात्यादि घृत
20. गौमय वातनाशक तेल
21. गोपाल नस्य
22. गौमय मलहम
23. गौमय दादनाशक बट्टी
24. अंगराग चूर्ण (गौमय उबटन)
25. अंगराग बट्टी (गौमय साबुन)
26. गौमय दंतमंजन
27. गौमय नवग्रह धूप

1. गौमूत्र अर्क

(मेदोहर अर्क – रसतंत्रसार व सिद्ध प्रयोग)

घटक :

1. गौमूत्र 1 लीटर
2. केसर 0.6 ग्राम

निर्माण विधि : काँच के आसवन यंत्र (अर्क बनाने के पात्र – Distillation plant) में गौमूत्र को भरकर उसका 1/2 लीटर अर्क खींच लें। अर्क निकलने के मुँह पर केसर को पतले कपड़े की शिथिल पोटली में बाँधकर रखें जिससे अर्क में केसर मिश्रित हो जाये। केसर का प्रयोग लाभदायक है लेकिन अनिवार्य नहीं।

गुणधर्म : यह अर्क पूर्वोक्त सभी बीमारियों में उपयुक्त है। विशेषतः कोलेस्ट्रॉल को कम करने और वजन को घटाने के उपयोग में आता है। गौमूत्र घनवटी के साथ लेने से अधिक लाभ होता है।

मात्रा : 10 से 20 मि. ली. दिन में दो बार 3–4 गुणे पानी के साथ या गौमूत्र से 1/3 मात्रा में।

विशेष : यदि कोई शराबी शराब छोड़ने का इच्छुक हो तो केवल 15 दिन संयम रखकर इस अर्क का सेवन करे 16 वें दिन शराब की जगह अर्क का सेवन करने की ही इच्छा होगी। मात्रा 25 से 40 मिली (बिना पानी मिलाये) जब भी शराब की तलब हो। कम से कम 6 महीने तक इसका सेवन करें जिससे शराब के दुष्प्रभावों का नाश होकर शरीर स्वस्थ होगा।

2. गौमूत्र घनवटी

(भाव प्रकाश निघुण्ट – मूत्रवर्गः)

घटक : गौमूत्र

निर्माण विधि : गौमूत्र को अग्नि पर औटाकर उसका घन बनाया जाता है। घन से आधे–आधे ग्राम की या देशी चने के आकार की गोलियाँ बनाई जाती हैं। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक (गेरू) को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रख देना चाहिए।

गुणधर्म : यह घनवटी पूर्वोक्त सभी बीमारियों में उपयुक्त है। इसे गौमूत्र अर्क के साथ लेने से अधिक लाभ होता है।

मात्रा : 1 से 2 गोली दिन में दो बार। छोटे बच्चे को न दें।

3. गौमूत्र हरड़े चूर्ण

घटक :	मात्रा	ग्रंथ	अध्याय
1. छोटी हरड़े	35 ग्राम	भा. प्र. नि.	हरीतक्यादिवर्गः
2. अजवायन	20 ग्राम	भा. प्र नि.	14
3. काली मिर्च	5 ग्राम	भा. प्र. नि	7
4. यवक्षार (जवाखार)	10 ग्राम	भा. प्र. नि	93
5. काला नमक	10 ग्राम	भा. प्र. नि	90
6. सेंधा नमक	10 ग्राम	भा. प्र. नि	86
7. जीरा	10 ग्राम	भा. प्र. नि	19
8. गौमूत्र	आवश्यकतानुसार	भा. प्र. नि	मूत्रवर्ग :
9. हींग	10 ग्राम	भा. प्र. नि	
10. गाय का घी			

निर्माण विधि : सर्वप्रथम तीन दिन तक हरड़े को गौमूत्र में भिगाइये। हर दिन ताजा गौमूत्र लें। हरड़े को धूप में सुखाने के बाद उसे धीमी आँच पर एरण्डी के तेल में भूनिए। जब सिक जाये, गौमूत्र की चिपचिपाहट मिट जाय तब उतार लें।

10 ग्राम गाय के घी में 10 ग्राम हींग आँच में भून लें। अब भूनी हुई हरड़े और हींग में उपरोक्त सामग्री डालकर कूट पीसकर छलनी से छान लें। अब इस छने हुए चूर्ण को अच्छी तरह खरल में घोटें। बारीक से बारीक रगड़ने से ही गुणकारी होगा।

गुणधर्म : पाचन शक्ति को सुदृढ़ बनाता है, भोजन में रूचि जगाता है, कब्ज, गैस, उदर रोगों में अत्यंत लाभदायक, वात और कफ का नाश करता है। पेट में गड़बड़ी होने पर सिर में दर्द हो तो लाभ होता है। आजकल रासायनिक खाद व कीटनाशकों के कारण भोजन विषैला हो गया है। इस चूर्ण को भोजन के साथ सब्जी, दालों में डालकर खाने या नित्य सलाद में लेने से इसका विषैलापन काफी घट जाता है। इसलिए बिना रोग के भी नित्य सेवन करना अत्यंत लाभदायक है।

मात्रा : 1 से 3 ग्राम सुबह–शाम भोजन के बाद गर्म जल से।

4. गौमूत्र हरीतकी वटी

घटक :

1. गौमूत्र	1 लीटर	भा. प्र. नि	मूत्रवर्गः
2. हरितकी चूर्ण	50 ग्राम	भा. प्र. नि	हरीतक्यादिवर्गः

निर्माण विधि : कलईदार कढ़ाई में 1 लीटर गौमूत्र में 50 ग्राम हरितकी चूर्ण

मिलाकर औटाइये। जब गाढ़ा हो जाय तब उसे चूल्हे से उतारकर अपने आप ठंडा होने देना चाहिए। फिर करछुल की मदद से खुरच कर 1/2 –1/2 ग्राम की गोलियाँ बनाना चाहिए। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रखें।

गुणधर्म : समस्त उदर रोगों में लाभकारी

मात्रा : 2–2 गोली सुबह–शाम पानी से

5. गौमूत्रासव (अष्टांग हृदय)

घटक :

1. चित्रक की जड़	100 ग्राम
2. सोंठ	100 ग्राम
3. पीपर	100 ग्राम
4. मरीच चूर्ण	100 ग्राम
5. गौमूत्र	4 लीटर
6. शहद या गुड़	1 किलो
7. गौघृत	आवश्यकतानुसार
8. धायटी पुष्प	100 ग्राम

निर्माण विधि :

पहली विधि : गौमूत्र को पहले उबालें वनस्पति घटकों का चूर्ण गौमूत्र में मिलाइये फिर उसमें शहद अच्छी तरह से मिलाकर घृत सिद्ध मिट्टी के पात्र या wooden wax में छोड़कर धायटी पुष्प संधान विधि से संधान करें और 15–20 दिनों के बाद जब किण्वन की क्रिया हो जाय तब छानकर बोतल में भर दें।

दूसरी विधि : गौमूत्र को पहले उबाल लें ताकि इसकी अमोनिया गैस निकल जाए और गंध नष्ट हो जाये। बर्तन मिट्टी का हो। फिर छानकर गुड़ को गलाकर पुनः गर्म करें। एक बार पुनः गुड़ सहित छानें। आजकल गुड़ बनाते समय रसायनों का उपयोग किया जाता है, ऐसा गुड़ काम में ना लें, यह संधान 15 दिन तक रहना चाहिए। फिर बिना हिलाये ऊपर से आसव निथार लें ताकि इसका गाढ़ा भाग यूरिया तलछट में नीचे रह जाय और गौमूत्र आसव पतला व पारदर्शक बनें।

गुणधर्म : पाचन शक्ति को सुदृढ़ बनाता है, भोजन में रूचि जगाता है, यकृत को बल देता है, उदर रोगों का नाश करता है। साँस की तकलीफ, खाँसी, दमा में विशेष लाभदायक, कुष्ठ रोग में भी लाभदायक। जितना पुराना आसव होगा उतना ही अधिक गुणकारी होगा।

मात्रा : गौमूत्र से आधी मात्रा, दोनों समय भोजन के बाद पानी के साथ।

विशेष : मधुमेह के रोगी पहली विधि से बना आसव ही लें, दूसरी विधि से बना आसव नहीं।

6. बालपाल रस

घटक :

घटक	मात्रा	संदर्भ	
1. ब्राह्मी (मण्डूकपर्णी)	250 ग्राम	द्र. गु. वि	प्रथम अध याय 1
2. अश्वगंधा	250 ग्राम	व.चं.	भाग1
		द्र. गु. वि.	नवम अध्याय 343
3. शतावरी	250 ग्राम	द्र. गु. वि	सप्तम अध्यांय 234
4. गौमूत्र	20 लीटर	भा. प्र. नि.	मूत्रवर्गः
5. शक्कर	आवश्यकतानुसार		
6. खाने का रंग	1 ग्राम		
7. नींबू का सत	5 ग्राम		

निर्माण विधि : घटक 1 से 3 तक बारीक पीसकर गौमूत्र में डालकर आसवन यंत्र से अर्क निकालकर उसमें शक्कर डालें। ठंडा होने के बाद खाने का रंग और नींबू का सत डालकर बोतल भरें।

गुणधर्म : बालक के अपचन, अफरा, पेट के कीटाणु (कृमि), दूध फेंकना, उल्टी, दूध का पाचन न होना, रोग प्रतिरोधक शक्तिकी कमी, ग्रोथ फेक्टर की कमी, दाँत निकलने के समय के कष्ट, मानसिक दुर्बलता, अविकसित मस्तिष्क व अन्य बाल रोगों से बचाव व चिकित्सा होती है। यकृत व फेफड़ों के रोगों से भी रक्षा होती है। नित्य देते रहने से बालक स्वस्थ रहता है।

मात्रा : गौमूत्र से आधी मात्रा

7. नारी संजीवनी

घटक :

घटक	मात्रा	संदर्भ	
1. शतावरी	250 ग्राम	द्र. गु. वि	सप्तम अध्याय 234
2. अश्वगंधा	250 ग्राम	द्र. गु. वि	नवम अध्याय 343
3. अशोक	250 ग्राम	द्र. गु. वि	सप्तम अध्याय 261
4. गौमूत्र	20 लीटर		
5. शक्कर	आवश्यकतानुसार		
6. खाने का पीला रंग	1 ग्राम		
7. नींबू का सत	5 ग्राम		

निर्माण विधि : घटक 1 से 3 तक बारीक कूट पीसकर गौमूत्र में डालकर आसवन

यंत्र से अर्क निकालकर उसमें शक्कर डालें। ठंडा होने के बाद खाने का रंग और नीबू का सत डालकर बोतल भरें।

गुणधर्म : महिलाओं के मासिक धर्म की किसी भी प्रकार की गड़बड़ी (Menstrual Disorder) श्वेत प्रदर (Leucorrhea), रक्त प्रदर तथा इनके द्वारा होनेवाली सब प्रकार की कमजोरी, कमर दर्द, हाथ–पाँव फूलना, सिरदर्द, जी घबराना, चक्कर आना, दिल की कमजोरी, पेट में गैस बनना, हथेली पैर के तलवे जलना, दिमागी गर्मी, क्रोध आना, नींद कम आना, मुहाँसे आदि रोग ठीक होते हैं। हमेशा लेते रहने से महिलाओं के स्वास्थ्य व सुंदरता की रक्षा होती है।

मात्रा : गौमूत्र से आधी मात्रा।

8. गौमूत्र पुनर्नवादि अर्क

घटक :

1. पुनर्नवा	100 ग्राम	द्र. गु. वि	अष्टम अध्याय मूत्रलादिवर्ग
2. गोखरूं की जड़	50 ग्राम	द्र. गु. वि	682
3. उपलसरी की जड़ (सारिवा)	50 ग्राम	द्र. गु. वि	अष्टम अध्याय रक्त प्रसादन
4. नीम के पत्ते	25 ग्राम	द्र. गु. वि	57 द्वितिय अध्याय
5. गुलबेल (गुडूची)	25 ग्राम	द्र. गु. वि	नवमअध्याय 342
6. दारूहल्दी	25 ग्राम	द्र. गु. वि	षष्ठ अध्याय 222
7. दूर्वा	25 ग्राम	द्र. गु. वि	सप्तम अध्याय 242
8. कंकोल	10 ग्राम	द्र. गु. वि	अष्टम अध्याय 274
9. गौमू.	3.2 लीटर	भा. प्र. नि.	मूत्रवर्गः

निमार्ण विधिः सभी घटक बारीक कूट पीसकर छानकर गौमूत्र में डालकर आसवन यंत्र द्वारा 1/2 भाग अर्क निकालें। अर्क को छानकर काँच की बोतल में भरकर बोतल को हवाबंद करना चाहिए।

गुणधर्म : यकृत व गुर्दे की बीमारियों में विशेष लाभदायक। मूत्र विरेचक, शरीर में आई सूजन को दूर करता है। पुनर्नवादि वटी के साथ लेने पर पूरा लाभ मिलता है।

मात्रा : 2–2 चम्मच सुबह–शाम या वैद्यकीय सलाह के अनुसार।

9. गौमूत्र पुनर्नवादि वटी

घटक :

1. पुनर्नवा की जड़	100 ग्राम	द्रव्य गुण विज्ञान	अष्टम अध्याय 267

2. गोखरू की जड़ 50 ग्राम द्र. गु. वि
3. उपलसरी की जड़ सारिवा 50 ग्राम द्र. गु. वि अष्टम अध्याय 363
4. नीम के पत्ते 25 ग्राम द्र. गु. वि द्वितिय अध्याय 57
5. गुलबेल–गुडूची 25 ग्राम द्र. गु. वि नवम अध्याय 342
6. दारूहल्दी 25 ग्राम द्र. गु. वि षष्ठ अध्याय 222
7. दूर्वा 25 ग्राम द्र. गु. वि सप्तम अध्याय 242
8. कंकोल 10 ग्राम द्र. गु. वि अष्टम अध्याय 274
9. गौमूत्र 1/2लीटर द्र. गु. वि मूत्रवर्ग :

निर्माण विधि : सभी घटक बारीक कूट पीसकर कपड़छान कर गौमूत्र के साथ कढ़ाई मे डालकर मंदाग्नि में औटाकर गाढ़ा बनने दें। फिर अपने आप ठंडा होने पर 1/2 – 1/2 ग्राम की गोलियाँ बनायें। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रख दें।

गुणधर्म : यकृत व गुर्दे की बीमारियों में विशेष लाभदायक। मूत्र विरेचक, शरीर में आई सूजन को दूर करता है, पुनर्नवादि अर्क के साथ लेने पर पूरा लाभ मिलता है।

मात्रा : सुबह शाम 1–1 गोली या वैद्यकीय सलाह के अनुसार

10 गौमूत्र गुड़मारादि अर्क

घटक :

1. आँवला 100 ग्राम व. चं. 127
2. हल्दी 100 ग्राम द्र. गु. वि. द्वितीय अध्याय, कुष्ठघ्न 62
3. मेथी 100 ग्राम
4. गुड़मार 50 ग्राम
5. जामुन बीज 50 ग्राम द्र. गु. वि.अष्टम अध्याय, मूत्र संग्रहणीय 284
6. करेला 50 ग्राम द्र. गु. वि. अष्टम अध्याय 298
7. कडु चिरायता 50 ग्राम
8. गौमूत्र 2 लीटर

निर्माण विधि : सभी घटक बारीक कूट पीसकर छानकर गौमूत्र में डालकर आसवन यंत्र द्वारा 1/2 भाग अर्क निकालें। अर्क को छानकर काँच की बोतल में भरकर बोतल को हवाबंद करना चाहिए।

गुणधर्म : मधुमेह नियंत्रण हेतु
मात्रा : वैद्यकीय सलाह के अनुसार

11. गौमूत्र मधुमेहारी वटी

घटक :

1. आँवला 100 ग्राम
2. हल्दी 100 ग्राम
3. मेथी 100 ग्राम
4. गुड़मार 50 ग्राम
5. जामुन बीज 50 ग्राम
6. करेला 50 ग्राम
7. कडु चिरायता 50 ग्राम
8. गौमूत्र 2 लीटर

निर्माण विधि: सभी घटक बारीक कूट पीसकर कपड़छान कर गौमूत्र के साथ कढ़ाई में डालकर मंदाग्नि में औटाकर गाढ़ा बनने दें। फिर अपने आप ठंडा होने पर 1/2 –1/2 ग्राम की गोलियाँ बनायें। नमी से बचाने के लिए गोबर की राख तथा शुद्ध गैरीक को अनुमान से मिलाकर उसमें गोलियों को लिपटाकर प्लास्टिक की डिब्बी में रख देना चाहिए।

गुणधर्म : मधुमेह नियंत्रण हेतु

12–गौतक्रासव

घटक :–

गाय का मट्ठा 1 लीटर
(पिसा) सैंधा नमक 50 ग्राम
राई का चूर्ण–50 ग्राम
हल्दी चूर्ण –50 ग्राम

निर्माण विधि :–

गाय के मट्ठे में बराबर मात्रा में पानी मिलाकर, उसमें बाकी तीनों चीजें अच्छी तरह मिलाकर रख देवें। फिर किसी मिट्टी के बर्तन या कांच के मर्तबान में भर कर मुँह बंद रखकर संधान करें।

चौथे दिन इसे छानकर बोतलों में भरें। निथार कर छानना चाहिए ताकि राई के छिलके और हल्दी कम आ सके। बाद में बोतलों में भी हल्दी जम जाने के बाद निथारते रहें।

गुणधर्म –

अर्श (बवासीर) के लिये हर सूरत में लाभकारी। पेट के सब रोग, भूख न लगना, अन्न न पचना, गैस, अजीर्ण ठीक होते हैं। यह पाचक है। यकृत, प्लीहा को लाभ पहुँचाता है।

सब प्रकार के बवासीर, अजीर्ण, अफारा, गैस, भूख की कमी, घबराहट, कब्ज, सभी प्रकार के पेट रोगों का नाशक है। स्वादिष्ट पाचक पेय है।

मात्रा :–

छोटे चार चम्मच भोजन के बाद पानी मिलाकर दो बार पीने से फायदा होता है। सब ऋतु में सबके लिए बराबर मात्राा में रोजाना लेना स्वास्थ्यरक्षक है। आयुर्वधक पेय है। स्वादिष्ट है। निरापद, सरल योग है। गैस नाशक है।

13. गौ तक्रारिष्ट

(आयुर्वेद सार संग्रह – आसवारिष्ट प्रकरण)

घटक :

1. अजवायन — 120 ग्राम
2. आंवला — 120 ग्राम
3. हरड़े — 120 ग्राम
4. काली मिर्च — 120 ग्राम
5. पाँचों नमक — 40 ग्राम
   (सेंधा नमक, बीड नमक, काला नमक, सोवर्चलनमक, समुद्री नमक)
6. गौ तक्र (खट्टी छाछ) — 6 लीटर

निर्माण विधि : ऊपरोक्त प्रमाण में सभी घटक लेकर उनका चूर्ण बनाकर एक पात्र में डाल उसमें तक्र डाल दें और पात्र का मुख बंदकर, 1 माह बाद छानकर रख लें।

गुणधर्म : उत्तम दीपक, पाचक, रूचिवर्धक, यकृत उत्तेजक, मल को बांधनेवाला; शोथ, गुल्म, अर्श, कृमि, प्रमेह, संग्रहणी, अतिसार और उदर रोगों को नष्ट करता है। विशेषतः पुरानी संग्रहणी और अतिसार में उपयुक्त।

मात्रा : 10–15 मिली दिन में दो बार भोजन के बाद पानी के साथ।

14–पंचगव्य घृत

घटक :–

गोबर रस– 100 मि.ली. गाय का दही – 100 मि.ली.
गौ दूध – 100 मि.ली. गौमूत्रा– 100 मि.ली.
गौघृत – 100 मि.ली.

निर्माण विधि :-

सबको एक कढ़ाई में डालकर आग पर चढ़ावें। मंद मंद आँच देवें। सिर्फ घी ही पकने के बाद शेष रहे, तब ठण्डा करके छान लेवें।

मात्रा :-

5 से 10 मिली लीटर दिन में दो बार भोजन के पूर्व तथा दो दो बूँद नाक में रात को सोते समय या तकलीफ के समय

गुण –

पुरानी सर्दी, सायनस, मिर्गी, दिमाग की कमजोरी, पागलपन, पाण्डु शोथ, भयंकर कामला ;श्रंनदकपबमद्ध, बवासीर, गुल्म, ग्रह बाधा, विषमज्वर, बुद्धि मन्दता, याददाश्त की कमी पर लाभकारी है।

15. त्रिफलादि घृत

(रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग संग्रह भाग 1 घृततैल प्रकरण)

घटक :

1. त्रिफला	750 ग्राम
2. भांगरे का रस/क्वाथ	750 मिली
3. अडुसे का रस/क्वाथ	750 मिली
4. आंवले का रस/क्वाथ	750 मिली
5. शतावर का रस/क्वाथ	750 मिली
6. गिलोय का रस/क्वाथ	750 मिली
7. बकरी का दूध	750 मिली
8. पीपल	20 ग्राम
9. मिश्री	20 ग्राम
10. मुनक्का	20 ग्राम
11. हरड़े	20 ग्राम
12. बहेड़ा	20 ग्राम
13. आँवला	20 ग्राम
14. नील कमल	20 ग्राम
15. क्षीरकाकोली (अभाव में मुलहठी)	20 ग्राम
16. असगंध की जड़	20 ग्राम
17. कटेली	20 ग्राम
18. गोघृत	750 ग्राम

19. जल आवश्यकतानुसार

निर्माण विधि : त्रिफला 750 ग्राम का 8 गुणा जल में क्वाथ करें। अष्टमांश जल शेष रहने पर छानकर उपयोग में लें। यह क्वाथ और घटक 2 से 7 आपस में मिला दें। अब घटक 8 से 17 को इनमें डाल दें। अब इसे घी में पकायें और तुरंत उतारकर छान ले।

गुणधर्म : नेत्र रोग, रतौंधी (रात में न दिखना), मोतियाबिंद, नेत्र की लाली, अंधता, मंददृष्टि, वातज, पित्तज, कफज नेत्र रोग, शारीरिक बल, पाचन शक्ति और शारीरिक कांति को बढ़ाता है। मस्तिष्क की निर्बलता को दूर करता है, जीर्ण कब्ज से मुक्ति दिलाता है।

मात्रा : 5–10 ग्राम दिन में दो बार, सुबह–रात्रि को दूध के साथ या दोपहर और रात्रि को भोजन के प्रारंभ में प्रथम ग्रास के साथ।

16. अष्टमंगल घृत

(रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग – घृततैल प्रकरण)

घटक :

1. बच 10 ग्राम
2 कुठ 10 ग्राम
3. ब्राह्मी 10 ग्राम
4. सफेद सरसों 10 ग्राम
5. अनंतमूल 10 ग्राम
6. सेंधा नमक 10 ग्राम
7. पीपल 10 ग्राम
8. गोघृत 280 ग्राम
9. जल 12 लीटर

निर्माण विधि : सभी औषधियों को समभाग लेकर कल्क करें, बाद में कल्क के चार गुणा जल मिलाकर यथा विधि घृत सिद्ध करें।

गुणधर्म : यह घृत बालकों को रोज चटाने से उनकी बुद्धि बढ़कर धारणाशक्ति तीव्र होती है एवं बालक स्वस्थ और पुष्ट बनता है।

मात्रा : 1–1 ग्राम सुबह और शाम मिश्री में या भोजन के पहले ग्रास में मिलाकर दिन में दो बार सेवन करें।

17. ब्राह्मी घृत

(रसतंत्रसार व सिद्ध प्रयोग–प्रथम खंड घृततैल प्रकरण)

घटक :

1. ब्राह्मी का स्वरस 4 किलो
2. गोघृत 2 किलो
3. सोंठ 10 ग्राम
4. कालीमिर्च 10 ग्राम
5. सफेद निसोत 10 ग्राम
6. काली निसोत 10 ग्राम
7. शंखाहुली 10 ग्राम
8. दन्तीमूल 10 ग्राम
9. पीपल 10 ग्राम
10 वायविडंग 10 ग्राम
11. सातला की छाल 10 ग्राम
12. अमलतास फली का गूदा10 ग्राम
13. जल 8 लीटर

निर्माण विधि : ब्राह्मी का स्वरस 4 किलो और गोघृत 2 किलो लें। घटक 3 से 12 को जल में पीसकर कल्क करें। फिर सबको 8 लीटर जल में मिला मंदाग्नि पर पकाकर घृत सिद्ध करें।

गुणधर्म : यह घृत उन्माद, कुष्ठ, अपस्मार, मगज की निर्बलता और मंदाग्नि को दूर करता है। मलावरोध का नाश करता है।

मात्रा : 5—10 ग्राम दिन में दो बार।

18. अर्जुन घृत

(आयुर्वेद सार संग्रह – घृततैल प्रकरण)

घटक :

1. मूर्च्छित गोघृत 1 किलो
2. अर्जुन की छाल 2 किलो और अर्जुन कल्क 100 ग्राम
3. जल 16 किलो

निर्माण विधि : सर्वप्रथम अर्जुन की छाल 1 किलो लेकर जौ कूट करें। तत्पश्चात इसमें 16 किलो जल मिलाकर क्वाथ करें। 4 किलो जल शेष रहने पर उतारकर छान लें। बाद में अर्जुन की छाल 100 ग्राम लेकर उसका कल्क बनावें। फिर ऊपरोक्त क्वाथ, घृत और कल्क को मिलाकर घृतपाक विधि से घृतपाक कर लें। घृत सिद्ध हो जाने पर छानकर सुरक्षित भर लें।

गुणधर्म : हृदय रोग और वात की तकलीफ में अत्यंत लाभदायक।

मात्रा : 2.5 से 5 ग्राम मिश्री के साथ चटाकर ऊपर से गर्म गाय का दूध पिलायें।

19. जात्यादि घृत

(रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग संग्रह – घृततैल प्रकरण)

घटक :

1. चमेली के पत्ते	10 ग्राम
2. नीम के पत्ते	10 ग्राम
3. पटोल पत्र	10 ग्राम
4. मैनसिल	10 ग्राम
5. हल्दी	10 ग्राम
6. दारू हल्दी	10 ग्राम
7. कुटकी	10 ग्राम
8. मजीठ	10 ग्राम
9. मुलहठी	10 ग्राम
10. करंज के पत्ते	10 ग्राम
11. नेत्रबाला	10 ग्राम
12. अनंतमूल	10 ग्राम
13. नीला थोथा	10 ग्राम
14. गाय का घी	500 ग्राम

निर्माण विधि : घटक 1 से 12 तक सभी 1–1 तोला पानी में घोटकर लुगदी बना लें। फिर लुगदी से चार गुणा घी और 16 गुणा जल मिलाकर मंद आँच पर पकाकर घृत सिद्ध करें। घृत पक जाने पर छान लें, फिर मोम और नीले थोथे का फूला 1–1 तोला मिलाकर मलहम जैसा घृत बना लें।

गुणधर्म : पुराना नाड़ी व्रण (नासूर), गंभीर व्रण या फोड़ा और सभी घावों में उपयुक्त।

मात्रा : आवश्यकतानुसार केवल बाह्य प्रयोग के लिए

20. गौमय वातनाशक तेल

घटक :

1. सरसों का तेल	1 लीटर	
2. गौमूत्र	500 मिली.	भा. प्र. नि मूत्रवर्ग
3. आंबा हल्दी	50 ग्राम	द्र. गु. वि. द्वितिय अध्याय (ख)
4. लहसुन / (रसोन)	50 ग्राम	द्र.गु. वि. प्रथम अध्याय 26

5. निर्गुंडी पत्र 50 ग्राम द्र. गुं. वि. प्रथम अध्याय 24
6. कपूर 10 ग्राम द्र. गु. वि. तृतिय अध्याय 76
7. अजवायन सत 10 ग्राम द्र. गुं. वि पंचम अध्याय 203

निर्माण विधि : सरसों का तेल कढ़ाई में डालकर उसे मंदाग्नि पर रख सभी घटक मिला दें, जब केवल तेल शेष रहे तो ठंडा होने पर बोतल में भर लें।

गुणधर्म : संधिवात, स्नायुवात, मोच, सूजन पर मालिश हेतु

21. गोपाल नस्य

घटक :

1. गौवत्स गोबर 100 ग्राम

(गाय के तत्काल पैदा हुए बछड़े–बछिया का गोबर जो बछड़े के गर्भ में रहते समय ही बना हो)

2. आक का दूध 100 ग्राम
3. काली मिर्च 50 ग्राम

निर्माण विधि : ऊपरोक्त गोबर को खरल में डालकर खूब खरल करें। फिर आक का दूध डालकर खूब खरल करें। सूख जाने पर दूध डालते रहें और लगातार खरल करते रहें। बाद में अच्छी तरह सुखा लें। इस सूखे गोबर से आधा भाग काली मिर्च का चूर्ण मिलाकर फिर खूब रगड़ें। तत्पश्चात कपड़े से छानकर शीशी में भरकर रखें।

गुणधर्म : मिर्गी ;म्चपसमचेलद्धए दिमाग में कीड़े (कृमि), नाक का पीनस, हिस्टीरिया, बेहोशी, सायनस, सिर दर्द आदि में एक नली में इस नस्य को रखकर दोनों सुरों में फूँके। एक–दो मिर्गी के दौरे में फूँक देने से मिर्गी नष्ट होती है।

22. गौमय मलहम

घटक :

1. गोबर के छाणे का बारीक चूर्ण 500 ग्राम
2. गेरू मिट्टी 400 ग्राम भा. प्र. नि धात्वादिवर्ग
3. गौमूत्र क्षार 100 ग्राम भा. प्र. नि.
4. नीला थोथा 50 ग्राम
5. पेट्रोलियम जेली 1 किलो

निर्माण विधि : पहले नीला थोथा पीसकर फिर छोटी सी कढ़ाई में मंद आँच पर भून लें। रंग सफेद होने पर उतार लें। फिर सभी चीजों को बारीक रगड़कर पेट्रोलियम जेली में मिलाकर खरल में फिर से खूब रगड़ें। बाद में शीशियों भर लें।

कभी कोमल स्थान पर लगाने से जलन हो तो थोड़ा घी मिलाकर हल्का करें।
गुणधर्म : दाद (एक्जिमा), खाज, सिरोसिस, दूषित घाव पर लाभकारी।
मात्रा : त्वचा रोग पर गौमूत्र से वह स्थान धोकर दिन में दो–तीन बार मलहम लगायें।
सावधानी : आँखों में न लगने पायें।

23. गौमय दादनाशक बट्टी

घटक :

1. मुलतानी मिट्टी	1 कि. ग्रा.	भा. प्र. नि.
2. ताजा गोबर	1 कि. ग्रा.	भा. प्र. नि.
3. बावची के बीज	200 ग्राम	द्र. गु. वि. द्वितिय अध्याय 66
4. नीम के पत्तों का काढ़ा 1 भाव	आवश्यकतानुसार	द्र. गु. वि.162

निर्माण विधि : ताजे गोबर में छने हुए नीम के पत्तों के काढ़े को मिलाकर मोटी चलनी से एक बार पुनः छानें। इसमें घटक 2–3 के कपड़छन चूर्ण को अच्छी तरह से मिलाकर साँचे या डाई में दबाकर टिकिया बना लें। और धूप में सुखा दें।
गुणधर्म : चर्मरोग पर गुणकारी, विशेषतः दाद, एक्जिमा पर
मात्रा : पानी या गौमूत्र के साथ लेप करें।

24. अंगराग चूर्ण (गौमय उबटन)

घटक :	मात्रा	ग्रंथ	अध्याय
1. ताजा गोबर	1 किलो	भा. प्र. नि.	
2. मुलतानी मिट्टी	1 किलो	भा. प्र. नि.	
3. गेरू का चूर्ण	100 ग्राम	भा. प्र. नि.	धात्वादिवर्गः
4 हल्दी का चूर्ण	50 ग्राम	द्र. गु. वि.	द्वितिय अध्याय कुष्ठघ्न–62

5 दूध ऐच्छिक व आवश्यकतानुसार (रूखी त्वचा के लिए लाभकारी)
निर्माण विधि : 1. घटक 2,3,4 का कपड़छन चूर्ण बनाकर रख लें। इसे ताजे गोबर में अच्छी तरह मिलाकर सुखा लें। सुखने पर इसका पुनः कपड़छन चुर्ण बनाकर भर लें।
2. दूसरी विधि में गोबर के साथ–साथ दूध का भी मिश्रण कर दें।
गुणधर्म : चेहरे की चमक बढ़ाता है, मुँहासों से छुटकारा दिलाता है, त्वचा पर पड़े काले दागों को मिटाता है, पसीने की दुर्गंध का नाश करता है, त्वचा को पोषण देता

है, खाज–खुजली मिटाता है, त्वचा में छिपे कीटाणुओं का नाश करता है, बालों की रूसी से छुटकारा दिलाता है, रक्त चाप को सामान्य करने में मदद करता है, जोड़ों के दर्द में लगाकर धूप में बैठने या सेक देने से आराम पहुँचाता है। तेज बुखार में सिरदर्द या तेज जुकाम होने पर ललाट पर मोटा लेप लगायें, मिनिटों में आराम मिलेगा, 2–3 घंटो में बुखार भी उतर जायेगा।

उपयोग की विधि : दूध, दही, छाछ या पानी के साथ प्रयोग करें। रूखी त्वचा वाले दूध या दही के साथ, तैलीय त्वचावाले पानी के साथ और बालों में छाछ के साथ प्रयोग करें।

25. अंगराग बट्टी (गौमय साबुन)

घटक :	मात्रा	ग्रंथ	अध्याय
1. ताजा गोबर	1 किलो	भा. प्र. नि.	
2. मुलतानी मिट्टी	1 किलो	भा. प्र. नि.	
3. गेरू का चूर्ण	100 ग्राम	भा. प्र. नि	धात्वादिवर्ग:
4. हल्दी का चूर्ण	50 ग्राम	द्र. गु. वि.	द्वितिय अध्याय कुष्ठघ्न 62
5 नीम के पत्तों का काढ़ा	500 मि.ली.	भा. प्र. नि.	

निर्माण विधि : ताजे गोबर में छने हुए नीम के पत्तों के काढ़े को मिलाकर मोटी चलनी से एक बार पुनः छानें। इसमें घटक 2,3 और 4 के कपड़छन चूर्ण को अच्छी तरह से मिलाकर साँचे या डाई में दबाकर टिकिया बना लें। और धूप में सुखा दें।

गुणधर्म : चेहरे की चमक बढ़ाता है, मुँहासों से छुटकारा दिलाता है, त्वचा पर पड़े काले दागों को मिटाता है, पसीने की दुर्गंध का नाश करता है, त्वचा को पोषण देता है, खाज–खुजली मिटाता है, त्वचा में छिपे कीटाणुओं का नाश करता है।

विशेष : शरीर पर लगाने से पहले आधे–एक मिनिट के लिए बट्टी को पानी से नम कर दें।

26. गौमय दंतमंजन

घटक :			
1. गोबर के कंडों का कोयला	500 ग्राम	अ. स.	261–62
2. सादा कपूर	10 ग्राम	व. चं.	57
3. अजवायन का सत	10 ग्राम	भा. प्र. नि.	हरीतक्यादिवर्ग: 15
4. लौंग	40 ग्राम	भा. प्र. नि.	कपूरादिवर्ग: 21
5. नीलगिरी का तेल	20 ग्राम		

6. सेंधा नमक 100 ग्राम भा. प्र. नि. हरीतक्यादिवर्ग: 86

निर्माण विधि : गोबर के कण्डों को पहले साफ–सुथरी जगह या कढ़ाई मे रखकर जलायें। जब धुँआ निकलना बंद हो जाय तो एक साफ तगारी से ढँक दें और उसकी आसपास की हवा बंद करने के लिए टाट का कपड़ा किनारों पर दबा दें। लगभग आधे घंटे के बाद खोलकर काला मजबूत कोयला निकाल लें। कच्चा कंडा या जली सफेद राख काम में नहीं लें। बड़ी मात्रा में बनाना हो तो जमीन में गड्ढा खोदकर ईंट सीमेंट से प्लास्टर कर उसमें कोयला बनाया जा सकता है। ऊपर से किसी बड़े लोहे के बर्तन से ढककर हवा बंद की जा सकती है। इस तरह बने कोयले को खरल में बारीक करके सूती कपड़े में रगड़कर छानकर सूक्ष्म चूर्ण बना लें।

अब सेंधा नमक के बारीक चूरे को 300 ग्राम पानी में मिलाकर अच्छी तरह घोल लें। इसे कोयले के चूरे पर धीरे–धीरे छिड़ककर अच्छी तरह मिलाते जायें। इसे तीन–चार घंटे तक ऐसे ही पड़ा रहने दें, जिससे सम मात्रा में नमी फैल जाय। इसी समय कपूर और अजवायन के सत को एक शीशी में मिलाकर एक घंटे रखें। यह अपने आप घुलकर तेल बन जायेगा और लौंग को खरल में एकदम बारीक कर लें। अंत में नीलगिरी के तेल और कपूर–अजवायन के सत के तेल व लौंग के चूर्ण को गोबर कोयले के चूर्ण पर छिड़ककर अच्छी तरह मिलायें और तुरत पैक कर दें।

गुणधर्म : दाँत का दर्द, दाँत से खून आना, मुँह की दुर्गंध, दाँतों में कीड़ा लगना, दाँतों का मैल, दाँतों की कमजोरी आदि में अत्यंत लाभदायक।

मात्रा : आवश्यकतानुसार।

27. गौमय नवग्रह धूप

घटक :

1.ताजा गोबर	2 किलो
2. घी	200 ग्राम
3. अक्षत (अखंड चावल)	150 ग्राम
4. मैदा लकड़ी	आवश्यकतानुसार
5. आक	100 ग्राम
6. पलाश	100 ग्राम
7. खैर	100 ग्राम
8. अपामार्ग	100 ग्राम
9. पीपल	100 ग्राम
10. गूलर	100 ग्राम

11. शमी 300 ग्राम
12. दूर्वा 100 ग्राम
13. दर्भ 100 ग्राम
14. लकड़ी का बुरादा 2 किलो

निर्माण विधि : सबसे पहले घटक 5 से 13 में घी को अच्छी तरह मिलायें। अब इसमें लकड़ी का बुरादा और ताजे गोबर को डालकर अच्छी तरह मिला लें। इसमें मैदा लकड़ी मिलाकर उंगली के आकर की नली (प्लास्टीक, पीतल या एल्युमिनियम) में डालें और इसी आकर की लकड़ी से धक्का देकर निकालें। बत्ती को धूप में सुखा लें।

गुणधर्म : गोबर में लक्ष्मी का वास है। अतः प्रतिदिन गोबर को जलाने से दारिद्रय का नाश होता है। आक–सूर्य, पलाश–चंद्र, खैर–मंगल, अपामार्ग–बुध, पीपल–गुरू, गुलर–शुक्र, शमी–शनी, दूर्वा–राहू, और दर्भ–केतू ग्रहों की समिधा हैं। इनका धूप करने से नवग्रहों की शांति होती है। अतः प्रतिदिन गौमय नवग्रह समिधा को सुबह–शाम प्रज्ज्वलित करना चाहिए।

इसके धुएँ से मच्छर व कीट भाग जाते है। इसकी भस्म घाव और फोड़ें–फुसीं के ऊपर बहुत ही अच्छी औषधि है। कटी हुई त्वचा पर इस भस्म को लगाने से खून रूखता है और घाव जल्दी भरता है। इसकी भस्म को शहद के साथ चाटने से खाँसी में आराम मिलता है।

इस अध्याय में जगह–जगह निर्माण विधि में क्वाथ, शोधन, कल्क, स्वरस शब्दों का प्रयोग किया गया है। इनका अर्थ नीचे स्पष्ट किया गया है।

क्वाथ – प्रकरण (आयुर्वेद सारसंग्रह)

1 तोला क्वाथ की औषधि को जौकूट (मोटा चूर्ण) करके मिट्टी के पात्र अथवा कलईदार बर्तन में सोलह गुणे पानी में मन्द अग्नि पर पकावें। जब चौथाई पानी शेष रहे, तब कपड़े से छान लें। क्वाथ बनाते समय बर्तन का मुँह खुला रहना चाहिए। ढक देने से क्वाथ भारी हो जाता है, ऐसी शास्त्राज्ञा है। क्वाथ मिट्टी के कोरे बर्तन में बनाना चाहिए।

द्रव्य शोधन (रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग)

आयुर्वेद शास्त्र के नियमानुसार द्रव्योंका शोधन करना अर्थात् निर्दोषकर गुण वर्द्धन करना, अनावश्यक बाधक अंश, विजातीय, द्रव्य अथवा मल को दूर करना या उसमें स्थित दोष को घटाकर गुण की वृद्धि करना आदि हेतुओं में से किसी एक या अनेक हेतुओं की सिद्धी के लिये औषध द्रव्य पर जो संस्कार किया जाता है, उसे शोधन कहते हैं।

कल्क – (रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग – कषाय प्रकरण)

ताजी औषधियों को बिना जल मिलायें और सूखी औषधियों में जल

मिलाकर चटनी (लुगदी) तैयार करने को कल्क कहते हैं। यदि कल्क में प्रक्षेप शहद, घृत या तैल मिलाना हो तो कल्क से दो गुणा शक्कर या गुड़ मिलाना हो तो कल्क के समान और कांजी आदि द्रव्य पदार्थ मिलाना हो तो कल्क से चार गुणा मिलाना चाहिये।

स्वरस .(रसतंत्रसार व सिद्धप्रयोग)

ताजी औषधियों को कूट निचोड़कर रस निकाला जाता है। उसे स्वरस कहते हैं। सूखी औषधियों को कुचल या कूट, दो गुणा जल में 24 घण्टे भीगा, छानकर रस निकाल लेने को भी स्वरस कहते हैं एवं सूखी औषधियों को 8 गुने जल में पका चतुर्थांश जल शेष रहने पर छान लेने से भी स्वरस का काम निकलता है।

इस अध्याय में संदर्भ ग्रंथो के लिए संक्षिप्त रूपों का प्रयोग किया गया है। उनका पूरा नाम निम्नानुसार है

भा. प्र. नि.	भाव प्रकाश निघण्टु
अ. हृ.	अष्टांग हृदय
र. तं. सा. सि. प्र.	रस तंत्रसार व सिद्ध प्रयोग
व. चं.	वनौषधि चंद्रोदय
द्र. गु. वि.	द्रव्य गुण विज्ञान
आ. सा. सं.	आयुर्वेद सार संग्रह

विशेष : यदि व्यावसायिक दृष्टि से ऊपरोक्त योग बनाने हों तो केवल पुस्तक पढ़कर योग बनाने की बजाय, योग्य व्यक्ति से सीखकर योग बनाना चाहिए। 'आदर्श गौसेवा एवं अनुसंधान प्रकल्प', अकोला की ओर से वर्ष में तीन बार साधारण व्यक्तियों व आयुर्वेद के जानकारों के लिए निःशुल्क प्रशिक्षण वर्ग लगाये जाते हैं। रहने व भोजन की निःशुल्क व्यवस्था भी इस प्रकल्प द्वारा की जाती है।

भाग—3
गौमूत्र का सामान्य रोगों पर घरेलू प्रयोग

गाय के मूत्र में कार्बोलिक एसिड होता है, जो कीटाणुनाशक है। अतः शुद्धि और स्वच्छता बढ़ाता है। प्राचीन ग्रंथों ने इस दृष्टि से ही गौमूत्र को पवित्र कहा है। आधुनिक दृष्टि से गौमूत्र में नाइट्रोजन, फॉस्फेट, यूरिया, यूरिक एसिड, पोटैशियम और सोडियम होता है। जिन महीनों में गाय दूध देती है, उस वक्त गौमूत्र में लेक्टोज रहता है, जो हृदय और मस्तिष्क के विकारों में बहुत हितकारी है। स्वर्णक्षार भी मौजूद है, जो रसायन है।

गौमूत्र सेवन के लिए जो गाय रखी जाती है वह निरोगी और युवा होनी चाहिए। जंगल क्षेत्र और चट्टानें जहाँ गायों को प्राकृतिक वनस्पति खाद्य रूप में मिल सके, वहाँ गायों का मूत्र अधिक अच्छा है। गौमूत्र को स्वच्छ वस्त्र से छानकर सुबह में खाली पेट पीना चाहिए। गौमूत्र पान के एक घंटे तक कुछ खाना नहीं चाहिए। स्तन पान करने वाले बच्चों को गौमूत्र देते समय माता को भी गौमूत्र देना चाहिए। मासिक धर्म के दौरान स्त्रियों को गौमूत्र पान से शान्ति और शक्ति मिलती है। सामान्यतः युवा व्यक्ति एक छटाँक से एक पाव मात्रा में गौमूत्र सेवन कर सकते हैं।

गौमूत्र का उपयोग विभिन्न रोगों में कैसे हो सकता है वह हम क्रमशः दे रहे हैं।

1. कब्ज के रोगी को उदरशुद्धि के लिए गौमूत्र को अधिक बार कपड़े से छानकर पीना चाहिए।
2. गौमूत्र में हरड़े चूर्ण भिगोकर धीमी आँच से गरम करना चाहिए। जलीय भाग जल जाने पर इसका चूर्ण उपयोग में लिया जाता है। गौमूत्र का सीधा सेवन जो नहीं कर सकता है उसे इस हरड़े का सेवन करने से गौमूत्र का लाभ मिल सकता है।
3. जीर्णज्वर, पाण्डु, सूजन आदि में किराततिक्त (चिरायता) के पानी में गौमूत्र मिलाकर, सात दिन तक सुबह और शाम पीना चाहिए।
4. खाँसी, दमा, जुकाम आदि विकारों में गौमूत्र सीधा ही प्रयोग में लाने से तुरंत ही कफ निकलकर विकार शमन होता है।
5. पाण्डुरोग में हर रोज सुबह खाली पेट ताजा और स्वच्छ गौमूत्र कपड़े से छानकर नियमित पीने से 1 माह में अवश्य लाभ होता है।
6. बच्चों को खोखली खाँसी होने पर गौमूत्र को छानकर उसमें हल्दी का चूर्ण मिलाकर पिलाना चाहिए।
7. उदर के किसी भी रोग में गौमूत्र पान से लाभ होता है।

8. जलोदर में रोगी केवल गौदूध सेवन करे और साथ साथ गौमूत्र में शहद मिलाकर नियमित पीना चाहिए।
9. चरक के मतानुसार लोहे के बारीक चूर्ण को गौमूत्र में भिगोकर इसको दूध के साथ सेवन करने से पाण्डुरोग में जल्दी लाभ होता है। सेवन से पहले खूब छानना जरूरी है।
10. शरीर की सूजन में केवल दूध पीकर साथ में गौमूत्र का सेवन करना चाहिए।
11. गौमूत्र में नमक और शक्कर समान भाग में मिलाकर सेवन करने से उदर रोग शमन होता है।
12. गौमूत्र में सैंधव नमक और राई का चूर्ण मिलाकर पीने से उदररोग मिटता है।
13. आँखों की जलन, कब्ज, शरीर में सुस्ती और अरुचि में गौमूत्र में शक्कर मिलाकर लेना चाहिए।
14. खाज, फुन्सियाँ, विचर्चिका में गौमूत्र में आंबाहल्दी चूर्ण मिलाकर पीना चाहिए।
15. प्रसूति के बाद सुवा रोग में स्त्री को गौमूत्र पिलाने से अच्छा लाभ होता है।
16. चर्म रोगों में हरताल, बाकुची तथा मालकांगनी को गौमूत्र में मिलाकर सोगठी बनाकर इसे दूषित त्वचा पर लगाना चाहिए।
17. सफेद कुष्ठ में बाकुची तथा मालकांगनी को गौमूत्र में मिलाकर सोगठी बनाकर इसे दूषित त्वचा पर लगाना चाहिए।
18. सफेद कुष्ठ में बावची के बीज को गौमूत्र में अच्छी तरह पीसकर लेप करना चाहिए।
19. शरीर में खुजली होने पर गौमूत्र से मालिश और स्नान करना चाहिए।
20. कृष्णजीरक को गौमूत्र में पीसकर इसका शरीर पर मालिश और गौमूत्र स्नान करने से चर्म रोग मिटते हैं।
21. ईंट को खूब तपाकर गौमूत्र में इसे बुझाकर, कपड़े में लपेटकर यकृत और प्लीहा (तिल्ली) की सूजन पर सेंक करने से लाभ होता है। बंगला कहावत है –

    लीवराय, पिड़ाय किम्, दुख पावे, मतिहीन वैद्य।
    गौमूत्रेण, सेक, दव, सुख पावे सद्य।।
22. कृमि रोग में डीकामाली का चूर्ण गौमूत्र के साथ देना चाहिए।
23. सुवर्ण, लोह वत्सनाभ, कुचला आदि का शोधन करने के लिए और भस्म बनाने के लिए औषध निर्माण में गौमूत्र का उपयोग होता है।

वह विषैले द्रव्यों का विषप्रभाव नष्ट करता है। शिलाजीत की शुद्धि भी गौमूत्र से होती है।

24. चर्मरोगों में उपयोगी महामरिच्यादि तेल और पंचगव्य घृत बनाने में गौमूत्र उपयोग में लाया जाता है।

25. हाथी पाँव (फाइलेरिया) रोग में गौमूत्र सुबह में खाली पेट लेने से यह रोग मिट जाता है।

26. गौमूत्र का क्षार उदर वेदना में, मूत्ररोध में तथा वायु व अनुलोमन करने के लिए दिया जाता है।

27. गौमूत्र सिर में अच्छी तरह मलकर थोड़ी देर तक लगे रखना चाहिए। सूखने के बाद धोने से बाल सुन्दर होते हैं।

28. कामला रोग में गौमूत्र अतीव उपयोगी है।

29. गौमूत्र में पुराना गुड़ और हल्दी चूर्ण मिलाकर पीने से दाद, कुष्ठरोग और हाथी पाँव में लाभ होता है।

30. गौमूत्र के साथ एरंड तेल एक मास तक पीने से संधिवात और अन्य वातविकार नष्ट होते हैं।

31. बच्चों को उदर वेदना तथा पेट फूलने पर एक चम्मच गौमूत्र में थोड़ा नमक मिलाकर पिलाना चाहिए।

32. बच्चों को सूखा रोग होने पर एक मास तक, सुबह और शाम गौमूत्र में केशर मिलाकर पिलाना चाहिए।

33. शरीर में खाज–खुजली हो तो गौमूत्र में नीम के पत्ते पीसकर लगाना चाहिए।

34. गौमूत्र के नियमित सेवन से शरीर में स्फूर्ति रहती है, भूख बढ़ती है और रक्त का दबाव स्वाभाविक होने लगता है।

35. क्षय रोग में गोबर और गौमूत्र की गंध से क्षय के जंतु का नाश होने से अच्छा लाभ होता है।

36. Ring-Worm दाद पर, धतूरे के पत्ते गौमूत्र में पीसकर गौमूत्रा में ही उबालें। गाढ़ा होने पर लगावें।

37. टाइफायड की दवाएं खाने से अक्सर सिर या किसी स्थान के बाल उड़ जाते हैं तो इसके इलाज हेतु गौमूत्र में तम्बाकू को खूब पीसकर डाल देवें। 10 दिन बाद पेस्ट टाइप बन जाने पर अच्छा रगड़ कर बाल झड़े स्थान पर लगाने से बाल फिर आ जाते हैं। सिर में भी लगा सकते हैं।

इसके अलावा विभिन्न रोगों में गोमूत्र के उपयोग की विस्तृत जानकारी आगे दी जा रही है।

पंचगव्य चिकित्सा से रोगोपचार करते समय ध्यान रखने योग्य बातें

किसी भी औषधि की संफलता उसकी गुणवत्ता पर आधारित होती है। पंचगव्य चिकित्सा में गाय से ही प्राप्त चीजों का मुख्यतः उपयोग होता है, अतएव गाय कैसी हो यह फिर से दोहराया जा रहा है।

1. गाय देशी नस्ल की हो अर्थात् जिसके ककूद (hump) हो। जर्सी, रेड डेन, होलस्टाइन फ्रीजियन आदि नहीं।
2. गाय स्वस्थ व सशक्त हो।
3. गाँव में घूमकर प्लास्टिक या कूड़ा–कचरा खानेवाली न हो।
4. गाय जंगल या गोचर में चरने जाती हो तथा हमेशा रसायनमुक्त चारा खाती हो।
5. गाय सेवा से प्रसन्न हो।

एलोपैथी की जड़ औषधियों की तरह पंचगव्य जड़ नहीं है, वह प्राणवान व चैतन्य है, उसमें देवताओं का वास है। इसलिए उन्हें ग्रहण करते समय उनकी दिव्यता का स्मरण कर ग्रहण करें। जैसे गौमूत्र लेते समय यह विचार करें कि इसमें गंगा का वास है अर्थात् यह सृष्टि पालक भगवान विष्णु का चरणामृत है यह शीघ्र प्रसन्न होनेवाले भगवान शिव के जटा से निकली अमृत की धारा है। गाय में 33 कोटि देवता है इसलिए गौमूत्र तो 33 कोटि तीर्थों का जल है। ऐसे बार–बार नमस्कार कर शरणागति भाव से गौमूत्र ग्रहण करने पर इसका प्रभाव भी दिव्य ही होता है। इसे सामान्य औषधि मानने पर इसका प्रभाव भी सामान्य होता है। अविश्वास या घृणा भावसे लेने पर इसका परिणाम होता भी है और नहीं भी होता।

आगे विभिन्न रोगों का उपचार बताया जा रहा है। जब भी आप पंचगव्य का सेवन करें, तब अपनी प्रकृति, ऋतु और अवस्था का ध्यान अवश्य रखें।

1.दूध : दूध वात दोष बढ़ा सकता है, अतएव वात से पीड़ित व्यक्ति गर्म दूध में दो चम्मच घी डालकर और फेंट कर पीयें घी वातनाशक होने से दूध को सुपाच्य बना देता है। जिनकी पाचन शक्ति बहुत कमजोर हो उन्हें दूध में आधा पानी मिला लेना चाहिए, लेकिन घी की मात्रा कम नहीं करनी चाहिए।

2. दही : दही पित्त दोष बढ़ा सकता है, चांदी के प्याले में जमा ताजा दही लेने से पित्त का शमन हो जाता है। पित्त दोष से पीड़ित व्यक्ति को दही की जगह छाछ का सेवन करना चाहिए क्योंकि छाछ पित्त नाशक है।

3 घी : घी कफ दोष बढ़ा सकता है, गर्म आहार के साथ घी लेने से कफ की प्रधानता कम हो जाती है। घी के ऊपर गर्म पानी अमृत और ठंडा पानी विष के समान है।
4 गौमूत्र : गौमूत्र कुछ पित्त को बढ़ाता है, लेकिन विरेचन के गुण के कारण पक्वाशय और छोटी आँतों में संचित पित्त को दस्त के माध्यम से निकालकर राहत भी देता है। पित्त दोष से पीड़ित व्यक्ति को गौमूत्र सेवन के दिनों में घी का भी सेवन करना चाहिए। गौमूत्र को बार–बार छानने से भी इसका विरेचन गुण बढ़कर पित्त का नाश करता है।

एक बात को यहाँ फिर से दोहराना आवश्यक है कि इस पुस्तक में जहाँ कहीं भी घी शब्द आया है, उसे देशी गाय के दही को मथकर निकाले गये मक्खन को तपाकर बनाया गया घी ही समझें। आजकल यंत्र से दूध से क्रीम (बटर) निकाला जाता है, फिर उसे गर्मकर घी बनाया जाता है। यह वास्तव में घी नहीं बटर ऑइल है। इसके गुणधर्म बिल्कुल अलग है और यह औषधि के लायक नहीं। आजकल बाजार में शुद्ध गाय के घी के नाम पर भी बटर ऑइल ही बिक रहा है। देशी गाय का घी इससे 2 1/2–3 गुणा महंगा है। और जैसे–जैसे इसका औषधीय महत्त्व पता चलता जायेगा यह महंगा ही होता जायेगा इसे सस्ता रखने का एक ही उपाय है कि गौरक्षण व गौसंवर्धन किया जायें और उसके गोबर–गौमूत्र का भी पूरा–पूरा उपयोग किया जाय।

आगे जहाँ कहीं नस्य घृत (नाक में घी डालने) की बात आयेगी। वहाँ निम्न विधि से ही नाक में घी डालना है।

लेटकर या कुर्सी पर बैठे हों तो सिर को पीछे की ओर झुकाकर एक–एक नासाछिद्र में दो–दो बूँद घी डालें। 5 मिनिट इसी तरह रहें। मौन रखें। घी को खीचें नहीं, सामान्य श्वास लेते रहें। घी का तापमान हमेशा शरीर के तापमान से अधिक होना चाहिए। घी को सीधे अग्नि पर गर्म ना करें, घी के पात्र (बोतल) को तेज गर्म पानी में रखकर गर्म करें।

इसी प्रकार से आगे जहाँ कहीं भी दूध में घी लेने की बात आये उसे निम्न विधि से ही लें

तेज गर्म दूध में दो चम्मच घी डालकर दो गिलासों में खूब उथल–पुथल करें (फेटें)। इससे दूध में झाग ही झाग हो जायेंगे। गर्म–गर्म दूध–घी का ही सेवन करें।

गौ चिकित्सा के समय मांसाहार, शराब, तंबाकू, सिगरेट, गुटखा आदि व्यसन पूर्णतः वर्जित हैं।

किसी भी उपचार पद्धति के साथ आप पंचगव्य चिकित्सा ले सकते हैं। इसका किसी भी पद्धति से विरोध नहीं है, बल्कि गौमूत्र अर्क तो अन्य औषधियों की शक्ति (Potency) को बढ़ा देता है। लाभ होने पर आप पहले से चल रही चिकित्सा बंद भी कर सकते है। आयुर्वेद चिकित्सा, होम्योपैथी चिकित्सा, एक्यूप्रेशर, चुंबक

चिकित्सा, योग चिकित्सा आदि पंचगव्य चिकित्सा के साथ लें तो गंभीर रोगों में भी बहुत जल्दी लाभ होता है।

गौमूत्र सेवन की मात्रा

गौमूत्र का सेवन कितनी मात्रा में करना चाहिए ?

प्रत्येक व्यक्ति को ऋतु, अपनी प्रकृति और अवस्था के अनुसार गौमूत्र का सेवन करना चाहिए।

ऋतु : ग्रीष्म ऋतु में अल्प मात्रा में गौमूत्र का सेवन करना चाहिए। ग्रीष्म ऋतु से शीत ऋतु में 5 से 10 गुणा अधिक मात्रा में गौमूत्र का सेवन किया जा सकता है।

प्रकृति : वात प्रकृति के व्यक्तियों को सामान्य मात्रा में, कफ प्रकृति के व्यक्तियों को अधिक मात्रा में और पित्त प्रकृति के व्यक्तियों को कम मात्रा में गौमूत्र का सेवन करना चाहिए।

अवस्था : एक वर्ष तक के बच्चों को ग्रीष्म ऋतु में महीने ग 3 बूँद और तेज सर्दियों में महीने ग 15 बूँद तक दिया जा सकता है। उदाहरण के लिये 4 महीने के बच्चों को गर्मियों में 4 ग 3 त्र 12 बूँद और सर्दियों में 4 ग 15 त्र 60 बूँद तक दिया जा सकता है। वैसे दूध पीते बच्चों की माताओं को गौमूत्र देने से अधिक लाभ होता है। उनकी मात्रा वयस्क के अनुसार होनी चाहिए। (1 छोटा चम्मच त्र 5 मि. ली. त्र 125 बूँद)

यहाँ सामान्य मात्रा का वर्णन किया जा रहा है जिसे अपनी प्रकृति और ऋतु के अनुसार कम अधिक मात्रा में लिया जा सकता है।

1 वर्ष से 2 वर्ष के बच्चों को	2 चम्मच	सुबह–शाम खाली पेट या भोजन से एक घंटे पूर्व
2 वर्ष से 5 वर्ष के बच्चों को	3 चम्मच	"
5 वर्ष से 10 वष के बच्चों को	4 "	"
10 वर्ष से बड़ों को	5 "	"

*पित्त प्रधान (गर्म) प्रकृति के व्यक्तियों को खाली पेट गौमूत्र का सेवन नहीं करना चाहिए।

*गौमूत्र सेवन प्रारंभ के 5–6 दिन तक दो से अधिक बार भी शौच के लिए जाना पड़ सकता है, जो बहुत ही लाभदायक है, फिर यह सामान्य हो जायेगा। यदि दस्त अधिक हों तो मात्रा आधी कर दें बाद में पूर्ण मात्रा ले सकते हैं।

*गर्भवती महिलाओं को चिकित्सक की सलाह के बिना गौमूत्र नहीं लेना चाहिए।

पाचन संस्थान के रोग

1. अग्निमांद्य (भूख न लगना Dyspepsia)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. भोजन के बाद छाछ या गौ तक्रारिष्ट या गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।
3. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।

अपथ्य : तली चीजें, मैदा, मावा, मिठाई, गरिष्ठ आहार

पथ्य : अदरक+ सैंधा नमक+ नींबू का रस बनाकर तैयार रखें। प्रतिदिन भोजन के पूर्व या साथ सेवन करें। स्वादिष्ट चटनियाँ, पापड़, छौंकी हुई सब्जी

विशेष : भूख बढ़ने के बाद भी कम से कम एक माह तक सेवन करें।

2. अजीर्ण (अपच, Indigestion)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. भोजन के बाद छाछ+सेंधा नमक या गौतक्रासव या गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।
3. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।

अपथ्य : तली चीजें, मैदा, मावा, मिठाई, गरिष्ठ आहार

पथ्य : उपवास करें। नींबू+सेंधा नमक गर्म पानी के साथ सेवन करें।

विशेष : भोजन के तुरन्त बाद एक गिलास गर्म पानी पीयें।

3. अतिसार (दस्त, Diarrhea)

1. मामूली अतिसार में अल्प मात्रा में ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क का सेवन करें, जिससे आँतों का अच्छी तरह शोधन हो जाय। अधि
क दस्तें लगने पर 25 मिली गौमूत्र + 25 मिली दूध का सेवन करें।

2. मामूली दस्त होने पर चावल में ताजा दही व सेंधा नमक डालकर लें। अधि
क दस्त होने पर आधा लीटर पानी एक–एक मिनिट में एक–एक चम्मच के माध्
यम से लें। धीरे–धीरे पानी की मात्रा बढाते जायें। जब पानी पचने लगे, तब मूँग का पानी, मीठे फलों का रस आदि लें। ठोस आहार सबसे पहले मूँग–चावल की खिचड़ी में दो चम्मच घी डालकर लें।

3. छाछ या गौ तक्रारिष्ट का सेवन करें।

अपथ्य : सामान्य भोजन, सामान्य पानी

पथ्य : हल्का भोजन, उबला हुआ पानी ठंडाकर पीयें। फलों का रस (अनार का रस अधिक गुणकारी)

विशेष : मामूली अतिसार से छोटी आँतों की सफाई व बढ़े हुए पित्त का शमन होता है।

4. कब्ज (Constipation)

1. कब्ज की गंभीरता के अनुसार कुछ अधिक मात्रा में ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. भोजन के बाद गौमूत्र हरड़े चूर्ण गर्म पानी से लें।

3. रात्रि को सोते समय गर्म दूध में त्रिफलादि घृत फेंटकर लें।

अपथ्य : आँतों में चिपकनेवाला आहार जैसे; आलू, चावल, मावे की मिठाई, केला, बेसन, मैदा और पाचन शक्ति को क्षीण करनेवाले आहार जैसे तली चीजें, चाय – कॉफी। पूरे दिन बैठे रहना।

पथ्य : रेशेयुक्त पदार्थ जेसे छिलके सहित खाये जानेवाले फल – सब्जी–दाल, चोकर युक्त आटा, दलिया, पपीता

विशेष : 1. गौमूत्र जितनी अधिक बार छानकर लेंगे उतना ही फायदा करेगा।
2. गाय के घी का प्रतिदिन 25 से 30 ग्राम की मात्रा में सेवन करने से आँतों में चिकनाई रहती है, जिससे मल आँतों में चिपक नहीं पाता तथा सरलता से मलत्याग होता है।

5. आमाशय व्रण (Peptic Ulcer)

पेट में विदग्ध पित्त (एसिड) इकट्ठा होने और उसकी तीक्ष्णता बढ़ जाने

से अल्सर (घाव, व्रण) हो जाता है। मन में क्लेश–संताप होने से यह समस्या अधिक होती है।

1. गौमूत्र क्षारीय होने से एसिड का शामक है। मन को शांति प्रदान करता है, जिससे मनोवेगों की प्रखरता कम होती है। ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें। या गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी का सेवन करें।

2. गाय के घी का अधिकाधिक सेवन करें। गाय का घी घाव पर मलहम का कार्य करता है, जिससे एसिड का घाव पर प्रभाव नही पड़ता और वह धीरे–धीरे भर जाता है। घी पित्त का भी शमन करता है।

3. दूध में घी डालकर पीयें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, मावा, मैदा, बेसन, मिर्च, गरिष्ठ, भोजन

पथ्य : दूध, छाछ, मेथी, जामुन, परवल, कुलथी, शहद, पपीता, गेहूँ, मिश्री युक्त जौ का सत्तू, सेंधा नमक

विशेष : थोड़ा – थोड़ा खायें, 3–3 घंटे से खायें। अधिक देर तक पेट को खाली न रखें।

2. रात को सोते समय नाभि पर दो–तीन बूँद घी लगाकर अनामिका उंगली से मंथन करें।

6. अम्लपित्त (खट्टी डकारें आना, Acidity)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. छाछ या गौतक्रासव या गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।

3. दूध में घी डालकर पीयें। इससे पुराने से पुरानी एसिडीटी एक महिने में समूल नष्ट हो जाती है।

अपथ्य : फ्रिज की ठंडी चीजें, ठंडा दूध, मिर्च, तेल, खटाई, खमीर वाले आहार, मैदा, बेसन, मावे की मिठाई, चाय–कॉफी। भूखा रहना।

पथ्य : सुपाच्य भोजन

विशेष : 1. भोजन के तुरन्त बाद एक गिलास गर्म पानी पीयें।

2. रात को सोते समय नाभि पर दो–तीन बूँद घी लगाकर अनामिका उंगली से मंथन करें।

7. पेट में कीड़े (कृमि Worms)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. गाय के दूध में शहद डालकर 15 दिन तक पीयें।

3. वायबिडंग आदि से बनी गौमूत्र कृमिनाशक वटी का सुबह शाम 15 दिन तक सेवन करें।

4. सुबह खाली पेट 3 दिन तक 10 ग्राम गुड़ खाकर आधे घंटे बाद 3 ग्राम अजवायन का चूर्ण खायें।

5. 10 ग्राम गुड़ व 5 ग्राम कच्ची हल्दी का सुबह खाली पेट 3 दिन तक सेवन करें।

अपथ्य : मिठाई, मैदा, बेसन, दूध, हरी सब्जियाँ

पथ्य : कड़वी, तीखी, कसैली चीजें, सभी मसाले हींग, हल्दी, मेथी, बिना बीज की लाल मिर्च

8. उदर रोग (पेट के रोग)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. प्रतिदिन छाछ या गौतक्रासव या गौ तक्रारिष्ट का सेवन करें।

3. गौमूत्र हरड़े चूर्ण का प्रयोग करें

4. त्रिफलादि घृत का प्रयोग करें।

5. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकालकर 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

अपथ्य : तली चीजें, बेसन, मैदा, मिठाई, गरिष्ठ आहार,, भोजन में अनियमितता, भोजन कर तुरन्त सोना, बाजार का खाना, फ्रिज की चीजें

पथ्य : सुपाच्य आहार

विशेष : भोजन के तुरन्त बाद गर्म पानी पीयें।

9. गैस

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. प्रतिदिन भोजन के साथ या बाद में गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।

3. दूध में अदरक या सोंठ उबालकर घी डालकर पीयें।

4. गैस से पीड़ित अंग पर गौमय वातनाशक तेल लगाकर गर्म कपड़े से ढककर रखें या सेंक दें।

अपथ्य : फ्रिज की ठंडी चीजें, आलू, प्याज, गोभी, मैदा, बेसन, बासी भोजन, खमीरवाली चीजें, भैंस का घी, रिफाइण्ड तेल। मैथुन।

पथ्य : घी, फिल्टर्ड तेल, मेथी, हींग, फल

विशेष : 1. प्रतिदिन भोजन के तुरन्त बाद गर्म पानी का सेवन करें।

2. पंखे की तेज हवा से बचें।

10. आँव (चिकना व चिपचिपा मल)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. प्रतिदिन भोजन के साथ या बाद में गौमूत्र हरड़े चूर्ण का सेवन करें।

3. प्रतिदिन छाछ+ सेंधा नमक या गौतक्रारिष्ट या गौतक्रासव का सेवन करें।

अपथ्य : मिठाई, मैदा, बेसन, तली हुई चीजें, फ्रिज की ठंडी चीजें, खमीर वाले पदार्थ, बासी भोजन, दूध

पथ्य : नीबू, अदरक, मेथी, हींग, जौ का सत्तू, जामुन परवल, कुलथी

विशेष : भोजन के पश्चात् गर्म पानी का सेवन करें।

11. आन्त्र पुच्छ शोध/ प्रदाह (Appendicitis)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

दिन में तीन बार गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. नाभि के दाहिनी ओर चार अंगुल पर गोबर को गौमूत्र से नरमकर उसकी पुल्टिस बाँध सेक करते रहें।

3. दर्द बंद होने के बाद छाछ में सेंधा नमक मिलाकर भोजन के साथ लें।

अपथ्य : सभी दालें, दूध, दही, आलू, चावल, केला, तली चीजें मना है। भूख लगने पर ही भोजन करें।

पथ्य : पपीता, हरी सब्जियाँ, सुपाच्य भोजन

विशेष : तुरन्त आराम हो जाने के बाद भी एक – दो मास गौमूत्र का सेवन करने से आन्त्र पुच्छ शोथ समूल नष्ट हो जाता है।

12. अर्श (बवासीर Piles)

1. अधिकाधिक घी का सेवन करें।

2. केले के टुकड़े के बीच 1 ग्राम भीमसेनी कपूर रख उसे निगल लें। ऐसा 5–7 दिन तक करें।

3. विभिन्न गौशालाओं द्वारा निर्मित कासिसादि तेल आदि को बवासीर व गुदामार्ग में लगायें।

अपथ्य : पित्त बढ़ानेवाले आहार यथा गर्म मसाले, चाय, कॉफी, आलू, बैंगन, लहसुन, दही। अधिक बैठना, मैथुन।

पथ्य : जमीकंद विशेष लाभ पहुँचाता है। गाय की छाछ, दलिया, सेंधा नमक, पपीता, लौकी, मिश्री, ब्रह्मचर्य।

विशेष : 1. गौमूत्र से गुदा को बार–बार धोयें।

2. व्यायाम – गुदा का 15–20 बार आकुंचन करें। यह व्यायाम दिन में 5–7 बार करें।

3. पैर के तलवों पर घी लगाकर कांसे के बर्तन से काला होने तक रगड़े।

4. 2 ग्राम फिटकरी गर्म तवे पर फुलाकर गरम पानी में डालकर टब पर बैठकर 15–20 मिनिट स्थानीय सेंक दें।

13. आँतों में चीरा (Fissure)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. अधिकाधिक गाय के घी का सेवन करें।

3. दूध में घी डालकर पीयें।

अपथ्य : आँतों में चिपकनेवाले पदार्थ जैसे मैदा, बेसन, आटा, मिठाई, आलू, आदि व पित्त बढ़ानेवाले पदार्थ जैसे गर्म मसाले, मिर्च, बैंगन, लहसुन, चाय–कॉफी

पथ्य : दलिया, पपीता, मिश्री

विशेष : पैरों के तलवों पर घी लगाकर कांसे के बर्तन से काला होने तक रगड़ें।

14. प्रवाहिका (Dysentery)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें। जिससे ऐंठन, मरोड़ व बार–बार का दस्त बंद हो जायेगा। जीवाणु नष्ट होकर मल बँध जायेगा।

2. प्रतिदिन छाछ या गौतक्रारिष्ट का सेवन करें।

अपथ्य : मीठा, लाल मिर्च, गर्म मसाले, दूध

पथ्य : चावल, दही, ज्वाँर, गेहूँ, दाल, सब्जियाँ.

15. भगन्दर (नासूर Fistula)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. दूध में घी डालकर पीयें।

3. भगन्दर को गौमूत्र से साफ करें जात्यादि घृत का प्रयोग करें।

4. प्रतिदिन गौमूत्र की बस्ति (एनिमा) लें।

अपथ्य : दूध, दूध से बने पदार्थ, मीठे–खट्टे पदार्थ, आलू, चावल तेल, मिर्च, मसाले, सभी प्रकार की हरी सब्जियाँ

पथ्य : दाना मेथी की सब्जी, सुपाच्य भोजन, सब प्रकार की दालें, फल, पपीता, लौकी

16. भस्मक (बहुत अधिक भूख लगना)

1. भस्मक रोग पित्त बढ़ने से होता है और गौमूत्र पित्त करता है, इसलिए अल्प मात्रा में शुरू कर धीरे–धीरे पूर्ण मात्रा तक ले जाना चाहिए।

2. गाय के घी का अधिकाधिक सेवन करना चाहिए।

अपथ्य : पित्त बढ़ानेवाले पदार्थ जैसे गर्म मसाले, मिर्च बैंगन आलू चाय–कॉफी

पथ्य : जौ, नींबू+मिश्री का शर्बत, दूध

विशेष : पैरों के तलवे पर घी लगाकर कांसे के बर्तन से काला होने तक रगड़ें।

17. यकृत वृद्धि (Lever Enlargment)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. छाछ या गौतक्रारिष्ट या गौतक्रासव का प्रतिदिन सेवन करें।

3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी

अपथ्य : खटाई, तेल या घी में तला हुआ, गर्म मसाले, चावल, दही, आलू दालें, गारिष्ठ आहार। मैथुन, तेज धूप, अग्नि के सामने न रहें।

पथ्य : दूध (फीका), हरी सब्जियाँ, परवल, सहेजना गेहूँ, पपीता, हल्का भोजन, ब्रंह्मचर्य, टहलना, घूमना लाभकारी हैं। अन्न बिल्कुल त्यागकर गाय का दूध उबालकर पीते रहने से अति शीघ्र लाभ होता है।

विशेष : रोग नष्ट हो जाने पर भी कुछ मास गौमूत्र का सेवन करने से रक्त स्वस्थ होता है।

18. मुख रोग (Oral Infection)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. मुख में चारों ओर पंचगव्य घृत लगाकर 15–20 मिनिट रखें

3. बार–बार गौमूत्र से कुल्ला करने से मुख में हुआ किसी भी प्रकार का संक्रमण नष्ट हो जाता है।

4. रात को सोते समय नाक में दो–दो बूँद गाय का घी डालें।
अपथ्य : मीठे–खट्टे पदार्थ, आलू, चूना
पथ्य : सुपाच्य भोजन

19. कंठ रोग

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दिन में तीन बार गौमूत्र को थोड़ा गर्म कर गरारे करें।
अपथ्य : मीठे–खट्टे आहार, दूध
पथ्य : पतला दलिया, दाल या सब्जी का सूप, सेंधा नमक, हल्का गर्मजल
विशेष : कंठ में अधिक कष्ट होने पर गोबर–गौमूत्र का गर्म लेप लगाकर चौड़े पत्ते से ढक मफलर से बाँधकर रखें।

20. संग्रहणी

इस रोग में भोजन का पूर्ण पाचन हुए बिना ही वह मल के साथ निकलने लगता है। जठराग्नि के विकृत होने से यह रोग होता है।
1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. छाछ+सेंधा नमक या गौतक्रारिष्ट का प्रतिदिन सेवन करें।
अपथ्य : सभी मसाले, सब्जियाँ, दालें, तेल या घी की तली चीजें
पथ्य : ज्वार की रोटी+छाछ, चावल या गेहूँ की थुली+दही
विशेष : 1. इस रोग को ठीक होने में दो–तीन महीने का समय लगेगा, रोग के ठीक होने पर भी दो–तीन महीने गौमूत्र का सेवन करते रहें।
2. नाभि पर 2–3 बूँद घी लगाकर अनामिका उंगली से हल्का मंथन करें।

21. तृषा (प्यास न मिटना)

यह रोग क्लोम ग्रंथि की विकृति के कारण होता है।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें। जब तक दस्त साफ न आये, गौमूत्र की मात्रा बढ़ाते रहें। ताकि वायु की तीव्रता के कारण बढ़ रही प्यास नष्ट हो जाये। गौमूत्र में पर्याप्त मात्रा में विटामिन 'बी' है, इसलिए तृप्ति होती है।

2. दूध के साथ घी लें। भोजन में भी अच्छी मात्रा में घी का सेवन करें।

अपथ्य : रूखा आहार, तली हुई चीजें, बर्फ का पानी

पथ्य : दूध, घी, मिश्री मिला आहार

22. दन्त रोग (Dental Diseases)

दन्त रोगों का संबंध आँत के रोगों से है। आँत में असेन्द्रिय पदार्थ इकट्ठा रहने से दन्त रोग होते हैं। आम का शोधन करना, आँत साफ रखना व दूषित पदार्थ के संग्रह को निकालना चिकित्सा है।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. दूध–घी का सेवन करें।

3. गोबर के कोयले से बने गौमय दन्त मंजन से दिन में तीन बार दाँत साफ करें।

4. गौमूत्र से दिन में 4–5 बार कुल्ला करें।

अपथ्य : मीठे पदार्थ, खट्टे पदार्थ

पथ्य : घी, तेल, दालें, सभी मसाले, लौंग

विशेष : सरसों या तिल का तेल मुँह मे भर 5–10 मिनिट तक कुल्ला करें।

23. वमन (उल्टी Vomiting)

वमन का मूल कारण, आम विष या असेंद्रिय पदार्थ का बन जाना है। प्रकृति उसे निकालती है। दस्त आ जाने से वमन का वेग समाप्त हो जाता है।

1. थोड़ी–थोड़ी मात्रा में ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क का सेवन करें।

2. पानी में लौंग डालकर उबालकर पिलायें।

3. दूध में समान मात्रा में पानी मिलाकर उबालकर ठंडा करके शहद मिलाकर पिलायें।

अपथ्य : सभी प्रकार के अन्न, तली चीजें

पथ्य : नींबू + सेंधा नमक + काला नमक चूसना। अजवायन, अनार, मौसम्बी, सौंफ, मुनक्का, आँवला

24. आध्मान (अफारा Flatulence)

1. गौमूत्र हरड़े चूर्ण को गर्म पानी के साथ लें।

2. पेट पर गौमय वातनाशक तेल लगायें।

3. गौतक्रासव का सेवन करें।

अपथ्य : समस्त अन्न, दही, चावल

पथ्य : गर्म पानी में नींबू निचोड़कर पिलाना, सेंधा नमक।

25. हिचकी (Hiccough)

हिचकी अधिक आती हो, तो उसका एक ही उपाय है, घी पीयें और उसके ऊपर गर्म पानी पीयें या गर्म दूध में घी डालकर पीयें।

26. सिरोसिस ऑफ द लीवर

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र पुनर्नवादि अर्क, गौमूत्र पुनर्नवादि घनवटी या गौमूत्र हरीतकी वटी लेने से सिरोसिस ऑफ द लीवर जैसा असाध्य रोग भी ठीक हो जाता है।

2. छाछ या गौतक्रारिष्ट का सेवन करें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, गर्म मसालें, आलू, बैंगन

पथ्य : परवल, सहेजना

विशेष : यह उपचार लगातार छः महीने तक करें।

27. हेपेटायटिस बी

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को

आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र पुनर्नवादि अर्क, गौमूत्र पुनर्नवादि घनवटी या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्तें + 5 पौदीने के पत्तें घोंटकर मिलायें

3. 31 पत्ती श्यामा तुलसी का रस एवं उतना ही शहद मिलाकर सेवन करें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें।

पथ्य : गेहूं के जवारे, मूली, नारियल, पपीता, अनार।

28. टांसिल्स

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. 1 ग्राम फिटकरी (गर्म तवे पर फूली हुई) एक गिलास गुनगुने पानी में डालकर गरारे करें।

3. नाक में गाय के घी की दो–दो बूंदे डालें।

4. दूध में घी या त्रिफलादि घृत डालकर पीयें।

अपथ्य : खट्टा, तला, फ्रिज का ठंडा, मिर्च, मसाले

पथ्य : घी का हलवा, दलिया, चावल, जौ का पानी, मूँग, सहेजना, करेला

श्वसन संस्थान के रोग

---

1. खाँसी (Cough)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्रासव का प्रतिदिन सेवन करें।

2. गौमूत्र में सेंधा नमक मिलाकर थोड़ा गर्म कर गरारे करें।

3. दूध मे हल्दी उबालकर

4. खाँसी पुरानी हो तो गर्म दूध में घी डालकर पीयें। नई खाँसी में घी वर्जित है।

अपथ्य : खट्टा, तली चीजें, दही, केला, ठंडा पानी, चावल, आलू

पथ्य : गेहूँ, हरी सब्जियाँ, सुपाच्य भोजन, गर्म पानी, तुलसी, काली मिर्च

विशेष : 1. गौमय धूप की भस्म को शहद के साथ दिन में 3–4 बार चाटें

2. सर्दी – जुकाम (Cold)

1. गौमूत्र/गौमूत्रासव का प्रतिदिन सेवन करें।

2. नाक से गौमूत्र खीचें, तीव्र जलन होगी, लेकिन नासा गुहा का संक्रमण नष्ट हो जायेगा और श्लेष्मा बाहर निकलकर तुरन्त आराम मिलेगा।

3. नाक में घी डालें। (गौमूत्र खीचतें हैं तो उसके आधे घंटे बाद)

4. गौमूत्र में सेंधानमक मिलाकर थोड़ा गर्म कर गरारे करें।

5. गोमय दतमंजन करें। सुबह दंतमंजन करते समय आऽऽ की ध्वनि करते हुए उंगलियों से जीभ को रगड़ें, ऐसा करते समय वमन हो जाय तो भी अच्छा ही है क्योंकि इससे नासा गुहा से लेकर पेट तक जमा कफ बाहर निकल जायेगा।

5. दूध में पानी + तुलसी+हल्दी+अदरक+दालचीनी को डालकर काढ़ा बनाकर पीयें।

अपथ्य : खट्टा, तली चीजें, दही, केला, ठंडा पानी, चावल, आलू

पथ्य : गेहूँ, हरी सब्जियाँ, सुपाच्य भोजन, गर्म पानी, खजूर, कुम्हड़ा,

विशेष : शारीरिक श्रम की कमी के कारण पसीना नहीं निकलता, जिससे सर्दी–जुकाम के माध्यम से शरीर की गंदगी निकलती है। शारीरिक परिश्रम कर पसीना निकालते रहने से सर्दी जुकाम नहीं होता है।

2. बुखार के साथ जुकाम के कारण नाक बंद व तेज सिर दर्द हो तो ललाट पर अंगराग चूर्ण का मोटा लेप लगायें – दो मिनिट में नाक खुल जायेगी, 10 मिनिट में सिरदर्द गायब हो जायेगा, और घंटे भर में बुखार की तीव्रता कम हो जायेगी।

3. सायनस

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. प्रतिदिन नाक में घी डालें।

3. सुबह नाक से ताजा गौमूत्र खीचें।

अपथ्य : अचार, इमली आदि तेज खटाई। तली चीजें, आलू केला, दही

पथ्य : मेथी, चना, लौकी, अनार,

विशेष : सर्दी–जुकाम न होने दें।

4. दमा (Asthma)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्रासव का सेवन करें।

2. 100 ग्राम कच्चे जमीकंद को 50 ग्राम पुराने देशी गुड़ के साथ कूटकर प्रतिदिन सुबह सेवन करें।

3. नाक में घी डालें। इससे एलर्जी से होनेवाला दमे का आक्रमण नहीं होगा

अपथ्य : फ्रिज की ठंडी–चीजें, तेली चीजे, अधिक घी, दूध, दूध से बने पदार्थ दही, कच्ची छाछ उड़द की दाल, दिन में सोना, तेज हवा, गुड–शक्कर वाले पदार्थ। मैथुन

पथ्य : रूखे अन्न, चना, गेहूँ, ज्वार, पत्तीवाली सब्जियाँ, कुम्हड़ा, मुनक्का, दालें, लौंग, इलाइची, खजूर, तुलसी, काली मिर्च, सोंठ, सात्विक विचार

विशेष : 1. हमेशा भोजन के बाद गर्म पानी पीयें।

2. कम से कम छः मास तक गौमूत्र का सेवन करें।

5. क्षय रोग (टी. बी. Tuberculosis)

क्षय रोग अधिकतः भय, शोक, क्रोध, काम विचार जैसे मनोविकार के कारण होता है। पंचगव्य सात्विक होने के कारण उससे शरीर के साथ–साथ मन भी स्वस्थ होता है।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. गाये के दूध में 1–1 चम्मच पंचगव्य घृत डालकर दिन में तीन बार लें।

3. नाक में भी पंचगव्य घृत की दो–दो बूँदें डालें।

4. प्रतिदिन आधा ग्राम फूला हुआ फिटकरी (गरम तवे पर फुलाएँ) आधा ग्राम मिश्री के साथ सेवन करें।

5. कच्चे लहसुन की कली का सेवन करें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, हींग, गर्म मसाले, दही, मावे की मिठाइयाँ, श्रम, चिंता, क्रोध, मैथुन

पथ्य : गाय का दूध, शहद, पपीता, सुपाच्य भोजन, हरी सब्जियाँ, मुनक्का, फल, ब्रह्मचर्य (भगवान का स्मरण, सात्विक विचार)

विशेष : गौशाला में सोने से और उसके गोबर–गौमूत्र की गंध फेफड़ों में पहुँचने से क्षय रोग के बैक्टीरिया से बहुत जल्दी मुक्ति मिलती है। नित्य खाली पेट गौमाता को बड़े श्रद्धा भाव से सींग से पूँछ तक सहलाना चाहिए(थकान महसूस न हो तो 15–20 मिनिट तक) इससे रोगी को रोग से लड़ने की शक्ति मिलती है। मन सात्विक हो जाता है।

6. उरस्तोय (प्लूरिसी Pleurisy)

फेफड़ों की झिल्ली में पानी भरने से यह रोग होता है। गौमूत्र स्वेदल (पसीना निकालनेवाला) है, गौमूत्र से पसीने व मूत्र के मार्ग से जल निकल जाता है, जिससे फेफड़े रूक्ष होकर स्वस्थ हो जाते हैं। अन्य कोई संक्रमण हो तो वह भी नष्ट हो जाता है।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

अपथ्य : ठंडी हवा, नम हवा, फ्रिज की चीजें, चावल, घी, तेल, दही, ठंडे फल

पथ्य : दूध –शहद, मूंग, चना, गेहूँ, गर्म पानी

7. निमोनिया

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. नाक में दो–दो बूँद गाय का घी डालें।

3. पैर के तलवों पर सरसों के तेल की मालिश करें।
अपथ्य : खटाई, तली चीजें, ठंडी चीजें
पथ्य : चोकर, लौंग, तुलसी + काली मिर्च, सौंठ, खजूर

रक्त संस्थान के रोग

1. उच्च रक्त चाप (High Blood Pressure)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. रात को सोते समय नाक में घी डालें। साथ ही नाभि पर भी दो बूँद घी लगाकर अनामिका उंगली से पाँच बार उल्टा-सुल्टा मन्थन करें।

3. साबुन की बजाय अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें।

4. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, नमक, रिफाइन्ड तेल, आलू, कड़ा उपवास, रात्रि में भोजन
पथ्य : दूध, छाछ, आंवला, संतरा, लहसुन, घी, तवे पर भूनकर भूरा बनाया नमक, सेंधा नमक, हरी पत्ते वाली सब्जियाँ

विशेष : उपचार 1,2,3 लगातार छः महीने तक करने से रक्तचाप सामान्य हो जाता है।

2. रक्ताल्पता (खून की कमी, Anaemia)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. दूध को लोहे की कढ़ाई में औटाकर (मंद आँच पर काफी देर तक गर्म कर) पीयें। इसमें सर्दी में छुहारे और गर्मी में मुनक्के डालकर औटायें।

3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक

व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

3. अनार के दानों को लोहे के इमाम दस्ते में कूटकर या लोहे की कढ़ाई में कुचलकर रात्रि में उसी में ढककर रख दें। सुबह उसे पतले कपड़े से छानकर उसका रस पीयें। (एक महीने तक)

अपथ्य : खटाई, आलू, रिफाइन्ड तेल, लाल मिर्च, फ्रिज की चीजें

पथ्य : पालक, मेथी के पत्ते, बथुआ, खजूर, अंजीर, मुनक्का, गन्ना, काला गुड़, बाजरा, चना

3. कौलेस्ट्रौल (Cholesterol)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. छाछ में एक चम्मच मीठे नीम की पत्ती (कड़ी पत्ता) की चटनी डालकर उसका सेवन करें।

3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

4. घाणी के तेल का सेवन करें।

अपथ्य : रिफाइन्ड तेल, गाय के घी के अलावा अन्य सभी घी

पथ्य : लहसुन, गेहूँ के जवारे, साग–सब्जी, फल, सलाद, फिल्टर्ड तेल, बिना बीज की लाल मिर्च

विशेष : दो प्रकार के कौलेस्ट्रौल होते हैं। अच्छा कौलेस्ट्रौल और खराब कौलेस्ट्रौल। अच्छे कौलेस्ट्रौल से मस्तिष्क स्वस्थ रहता है, शरीर की नसों, जोड़ों में लचीलापन रहता है। खराब कौलेस्ट्रौल रक्तवाहिनियों में जमकर रुकावट पैदा करता है।

गाय का घी कौलेस्ट्रौल को बढ़ाता है। घाणी का तेल (तिल, मूँगफली और सरसों का तेल) खराब कौलेस्ट्रौल को कम करता है। सोयाबीन, सूर्यमुखी, पाम तेल दोनों प्रकार के कौलेस्ट्रौल को कम कर शरीर को नुकसान पहुँचाते हैं।

4. रक्त विकार (Blood Infection / Impurity)

1. अधिक मात्रा में ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।

3. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें। स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।

4. नीम + तुलसी का सेवन करें।

5. चिरायते क. उबालकर पीयें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, गर्म मसाले, खमीर वाले आहार, फ्रिज की चीजें।

पथ्य : लहसुन, करेला, दूध, कुलथी, शहद

ज्ञानेन्द्रियों के रोग

नाक के रोगों का श्वसन संस्थान के रोगों में वर्णन आ चुका है।

1. आँख आना (Conjunctivitis)

आँख आने पर एकदम ताजा गोबर (जो जमीन पर 15–20 मिनिट से अधिक न पड़ा हो) बंद आँख पर रखकर हल्की पट्टी बांधकर लेट जायें। तीन घंटे में आँखें ठीक हो जायेगी। रात को सोते समय लगायें और रात भर रहने दें तो सुबह तक लाली भी मिट जायेगी।

या

1. आँख को बार–बार गौमूत्र से धोयें।

2. आँख में कच्चे दूध की बूँदें टपकायें और उस पर दूध में भीगा रूई का फाहा रख दें।

3. नाक में घी डालें।

अपथ्य : खटाई, मिर्च, टी. वी., कॉम्प्युटर, आँख मसलना, तेज धूप, पढ़ना, किसी से हाथ मिलाना या किसी भी रूमाल, तौलिये से मुँह पौंछना

2. आँखों में दर्द या चुभन

1. नाक में घी डालना इसका सबसे तेज व प्रभावी उपचार है।

2. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।

3. आँख में गौमूत्र की बूँदें डालें।

अपथ्य : खटाई, टी. वी., कॉम्प्युटर, लेटकर पढ़ना

पथ्य : सिर में तेल की मालिश

विशेष : तकलीफ तुरन्त ठीक होने पर भी कम से कम 15 दिन ऊपरोक्त उपचार करें।

3. कमजोर दृष्टि

1. रात को सोते समय नाक में दो– दो बूँद घी डालें।
2. प्रतिदिन दोनों समय त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
3. रात को सोते समय पैर के तलवों पर घी लगाकर काँसे के बर्तन से तब तक रगड़े, जब तक तलवे काले न हो जायें।
4. दिन में तीन बार दो – दो बूँद गौमूत्र की डालें, साथ ही शहद नींबू, गुलाब जल आदि की बूँदें भी डालें।
5. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

6. प्रतिदिन छाछ या गौ तक्रारिष्ट या गौ तक्रासव का सेवन करें।
7. दूध में मुनक्का या काली मिर्च औटाकर पीयें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, मैदा, बेसन, गर्म मसाले, टी. वी., कॉम्प्युटर, देर तक जागना, सूर्योदय के बाद उठना

पथ्य : पालक, गाजर, आँवला, हरा धनिया, बादाम (भिगाकर घिस कर लेने पर ही उपयोगी), सुबह–सुबह हरी घास पर नंगे पैर चलना

विशेष : 1. कब्ज न होने दें।

2. चश्मा उतरने के बाद भी तीन महीने तक ऊपरोक्त उपचार करें।

4. रतौंधी (रात को न दिखना)

यह बीमारी विटामिन 'ए' की कमी से होती है। विटामिन 'ए' चिकनाई में घुलकर ही आँखों तक पहुँचता है। चिकनाई की कमी से विटामिन 'ए' का शोषण नहीं हो पाता। घी में खुद में ही विटामिन 'ए' होता है, अतः इस बीमारी में घी का विशेष रूप से सेवन करना चाहिए।

कमजोर दृष्टि के लिए किये जानेवाले सभी उपाय इसमें करने चाहिए।

नोट : विटामिन 'ए' का सीधे कैप्सूल रूप में सेवन के कई दुष्परिणाम हो सकते हैं।

5. मोतियाबिंद (Cataract)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. रात को सोते समय नाक में दो – दो बूँद घी डालें।
3. त्रिफलादि घृत का सुबह–शाम सेवन करें।
4. गौमूत्र को तांबे के पात्र में उबालकर ठंडाकर छान लें। प्रतिदिन 4 बार इसकी दो–दो बूँदें डालें।
5. शहद की एक–एक बूँद आँख में डालें।
6. सफेद प्याज के रस की एक–एक बूँद आँख में डालें।
7. गुलाब जल की दो–दो बूँदें आँख में डालें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, धूप, गर्म मसाले, क्रोध, शोक

पथ्य : गाजर, आँवला, शहद, जौ, करेला, पपीता, बादाम (भिगाकर घिस कर लेने पर ही उपयोगी)

विशेष : 1. ऊपरोक्त उपचार से तीन महीने में मोतियाबिंद कट जायेगा और चश्मा लगा हो तो उसके नंबर भी कम हो जायेंगे।

2. प्रतिदिन छाछ पीनेवालों को मोतियाबिंद ही नहीं होता।

6. आँख से पानी बहना

आँख से एक वाहिनी निकलकर नाक में जाती है उसमें अवरोध होने पर आँख को नम रखनेवाला पानी बाहर टपकने लगता है।

1. मोतियाबिंद वाले उपचार करें।
2. सुबह गौमय् दंतमंजन करें और मंजन करने के बाद आऽऽ आवाज करते हुए उंगलियों से जीभ को रगड़ें इससे न केवल जीभ और कंठ ही साफ होगा बल्कि नाक, आँख, कान आदि की वाहिनियाँ भी साफ हो जाती हैं।

7. कान बहना

1. नाक में गाय का घी डालें।
2. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।
3. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को

आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

4. गौमूत्र से गरारे करें।

5. मुँह खोलकर कान में गौमय तेल की 2–4 बूँदें डालें।

गौमय तेल बनाने की विधि – तिल के तेल में गोबर का रस डालकर मंद आँच पर पकायें, जब केवल तेल ही बचे, तब छानकर शीशी में भर लें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, गुड़, मिर्च, गर्म मसाले, तेज हवा, दही, छाछ

8. कान का दर्द

1. कान का दर्द लंबे समय से हो तो ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. नाक में गाय का घी डालें।
3. मुँह खोलकर कान में सरसों या तिल के तेल की दो–चार बूँदें डालें।
4. कान के बाहर वातनाशक तेल लगायें।
5. कान को ढककर रखें और पंखे आदि की तेज हवा से बचें।

अपथ्य : गैस करने वाले आहार जैसे आलू, गोभी, प्याज, फ्रिज की चीजें, बासी भोजन, मैदा, बेसन

पथ्य : लहसुन

9. ऊँचा सुनना (कम सुनना)

1. नाक में गाय का घी डालें
2. मुँह खोलकर कान में गौमय तेल की दो–चार बूँदें डालें।
3. पंखे आदि की तेज हवा से बचें।

10. तुतलाना

प्राय : तुतलाना उम्र बढ़ने के साथ–साथ ठीक हो जाता है।

1. यदि मस्तिष्क की कमजोरी के कारण तुतलाना होता है तो ब्राह्मी घृत को नाक

में डालें तथा सुबह–शाम गर्म दूध में डालकर पीयें।

2. वाकेन्द्रिय (जीभ) की कमजोरी के कारण तुतलाना होता है तो सामान्य गाय का घी नाक में डालें और सुबह–शाम गर्म दूध में डालकर पीयें।

3. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

4. सुबह गौमय दंतमंजन करें और मंजन करने के बाद आऽऽ आवाज करते हुए उंगलियों से जीभ को रगड़े, इससे न केवल जीभ और कंठ ही साफ होगा बल्कि नाक, आँख, कान आदि की वाहिनियाँ भी साफ हो जाती हैं।

5. दिन में 4–5 बार जीभ पर काली मिर्च रखकर चूसना।

अपथ्य : चॉकलेट, सुपारी, अधिक मीठा

पथ्य : लौंग, आँवला, बादाम

विशेष : बच्चे से तुतलाकर बात न करें, ताकि वह सही उच्चारण सुने और सही उच्चारण करने का प्रयत्न करें।

11. हकलाना (Stammer)

तुतलाने वाले उपचार करें।

अपथ्य : भय, जल्दबाजी, क्रोध

विशेष : 1. गाने का अधिक से अधिक अभ्यास करें।

2. ठहाका मारकर हँसे।

12. सूखी खुजली

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. गौमूत्र और तिल के तेल की बस्ति (एनिमा) लें।

3. घी का अधिकाधिक सेवन करें। रात को सोते समय दूध में घी डालकर पीयें।

4. नाक में घी डालें।

5. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
6. सरसों या तिल के तेल की पूरे शरीर पर मालिश करें।
7. ताजे गोबर से स्नान करें या अंगराग चूर्ण + कच्चा दूध या दही से स्नान करें। इन्हें 15–20 मिनिट शरीर पर लगा रहने दें। साबुन का प्रयोग बिल्कुल ना करें।

अपथ्य : फ्रिज की चीजें, तेज खटाई, आलू, गोभी, प्याज, बासी भोजन, मैदा, बेसन, कच्चा नमक, रूखी चीजें। पंखे की तेज हवा, पाउडर

पथ्य : स्निग्ध आहार, मीठा, तुलसी+शहद, लहसुन, करेला, नारियल, नींबू

13. गीली खुजली (दाद, एक्जिमा......)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. ताजे गोबर में गौमूत्र मिलाकर साबुन की जगह लगायें या अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें। साबुन का प्रयोग बिल्कुल ना करें।
3. जहाँ गीली खुजली हो वहाँ गौमय दादनाशक बट्टी या गौमय मलहम का प्रयोग करें।
4. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
5. श्रम या व्यायाम कर शरीर से पसीना निकालें।
6. खादी के कपड़े व ढीले कपड़े सभी चर्मरोगों में बहुत लाभ पहुँचाते हैं।

अपथ्य : खटाई, तेल, मिर्च, गुड़, आलू, बैंगन, चाय–कॉफी, मावा। कॉस्मेटिक क्रीम, गीले चड्डी–बनियान, तंग कपड़े, जिन्स

पथ्य : भूना हुआ चना, जौ का सत्तू, घी

14. पुराना घाव

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. घाव को गौमूत्र से धोयें।
3. घाव पर जात्यादि घृत लगायें।

4. साबुन का प्रयोग ना करें।
5. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।
अपथ्य : खटाई, तली चीजें, गुड़, अधिक मीठा, खमीर वाली चीजें, आलू, प्याज, दही छाछ
पथ्य : सुपाच्य एवं सादा भोजन, घी

15. फोड़े–फुन्सी

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. फोड़े पर ताजा गोबर बाँध दें। फोड़े को शीघ्र पकाकर पूरा मवाद खींच लेगा।
3. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
अपथ्य : खटाई, दही, छाछ, तली चीजें, मिर्च, गुड़, आम,

16. त्वचा का कटना या छिलना

1. गौमय धूप की राख को कटी हुई त्वचा पर लगायें। घाव शीघ्र भरेगा।
2. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
3. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।
अपथ्य : साबुन, खटाई, खमीरवाली चीजें।
विशेष : त्वचा के कटते ही तुरन्त गर्म पानी पीयें।

17. त्वचा का फटना

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन

करें।

2. दूध में घी डालकर पीयें। घी का प्रयोग अधिक करें।

3. नाक में घी डालें।

4. केवल जहाँ त्वचा फटी है वहाँ ही नहीं बल्कि पूरे शरीर पर तिल या सरसों का (गर्मियों में नारियल का) तेल लगायें, हल्की मालिश करें।

5. साबुन का प्रयोग ना करें। अंगराग चूर्ण + कच्चा दूध या दही से स्नान करें।

अपथ्य : रूखा आहार, बासी भोजन, आलू, प्याज,

पथ्य : आंवला, नींबू, शहद

विशेष : त्वचा का फटना, वात के बढ़ने के कारण होता है, अतः केवल फटी हुई जगह का उपचार न कर, पूरे शरीर का उपचार करना चाहिए।

18. त्वचा की एलर्जी

त्वचा को पूरा पोषण न मिलने से या त्वचा के किसी विजातीय तत्व के संपर्क में रहने से उसमें किसी विशेष चीज (धूप, धूल, हवा, पानी), के प्रति विकर्षण (एलर्जी) पैदा हो जाती है।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. दूध में हल्दी उबालकर घी डालकर पीयें।

3. ताजे गोबर से या अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें। साबुन का प्रयोग बिल्कुल ना करें।

4. तेज पंखे की हवा से पसीने को न रोकें।

5. सुबह की धूप का सेवन करें।

अपथ्य : तेज खटाई, तली चीजें, कच्चा नमक

पथ्य : नींबू, तुलसी+शहद, आँवला, पपीता, करेला, नीम

विशेष : त्वचा की एलर्जी किसी भीतरी बिमारी का संकेत हो सकते है। अतः भीतरी बीमारी पर भी ध्यान दें।

19. सिर में रूसी (Dandruff)

1. नाक में घी डालनें से 40–45 दिन में रूसी बनाना बंद हो जाता है।

2. छोटे बाल हो तो अंगराग चूर्ण + खट्टी छाछ सिर पर कुछ देर लगाकर ध गोयें।

3. बाल बड़े हों तो गौमूत्र या गौमूत्र में अरीठा, शिकाकाई, आंवला उबालकर उससे बाल धोयें।

4. केवल सिर ही नहीं पूरे शरीर की तेल मालिश करें।

अपथ्य : सिर में साबुन लगाना, रूखा भोजन, आलू, प्याज

पथ्य : दूध, दही, छाछ, घी

20. श्वेत कुष्ठ (सफेद दाग Leucoderma)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपडे को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. दूध में घी डालकर पीयें।

3. साबुन का प्रयोग न करें। गोबर या अंगराग चूर्ण और दूध के उबटन से स्नान करें।

4. विभिन्न गौशालाओं द्वारा निर्मित श्वित्र हर टिकिया लगायें और श्वित्र नाशक वटी का सेवन करें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, गर्म मसालें,

पथ्य : काले तिल, काला चना, नारियल, गाजर

मूत्र संस्थान के रोग

1. वृक्क विकार (गुर्दे के रोग Kidney Problems)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।

2. अंगराग से स्नान करें।

3. वृक्क के सभी रोगों में शरीर से खूब पसीना निकलने दें, जिससे रक्त साफ होता रहे और गुर्दों पर जोर ना पडे।

4. पैरों के तलवों पर घी लगाकर काँसे के बर्तन से तब तक रगडं जब तक तलवे काले न हो जाय।
5. नाक में घी डालें। नाभि पर घी लगाकर अनामिका उंगली से उल्टा–सीधा मंथन करें।
6. गाय का दूध समाना मात्र में पानी मिलाकर उबाले। ठंडा कर मिश्री मिलाकर जौ के दलिये के साथ लें।

अपथ्य : खटाई, तली चीजें, फ्रिज की चीजें, टमाटर, आलू, चावल, दही, केला, उड़द की दाल, कच्चा नमक, चावल, पंखे की तेज हवा।

पथ्य : जौ का सत्तू, जौ का पानी, नारियल, खजूर

विशेष : गुर्दे के रोगों पर गौमूत्र परम औषधि सिद्ध हुई है।

2. पथरी (Kidney Stone)

होम्योपैथिक और आयुर्वेदिक औषधियों के साथ गौमूत्र पथरी को खत्म करने में बड़ा प्रभावी सिद्ध हुआ है।

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।

2. खूब पानी पीयें।

अपथ्य : खटाई, अधिक बीज वाले फल–सब्जी जैसे टमाटर, चवली, अमरूद, भिंडी, बैंगन; पत्तेवाली सब्जियाँ पालक

3. बहुमूत्र (अधिक पेशाब होना)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपडे को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।

2. दूध में घी डालकर पीयें।
3. प्रतिदिन दों चम्मच काले तिल चबा–चबाकर खायें।
4. पखे की तेज हवा से बचें।
5. प्रतिदिन छिलके सहित
6. मेथी भीगाकर सुबह उसका सेवन करें।

अपथ्य : रात को देर से भोजन करना, गैस करनेवाली चीजें, जेसे आलू, नये चावल, प्याज, मैदा, फ्रिज की चीजें, रिफाइण्ड तेल खटाई, अधिक मीठा

पथ्य : घाणी का तेल (न मिले तो फिल्टर्ड तेल), शाम के भोजन में तरल पदार्थ अधिक ना लें। ब्रह्मचर्य का पालन

विशेष : 1. जो बच्चे रात्रि में बिस्तर पर पेशाब करते हों, उन्हें भी यही उपचार दें।

2. बहुमूत्र मधुमेह का एक प्रमुख लक्षण है यदि मधुमेह हो तो मधुमेह का उपचार करें।

4. मूत्र वाहिनियों मे व्रण (Ulcer in Ureter)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।

2. गाय के दूध में समान मात्रा में पानी डालकर उबालें। मिश्री मिलाकर जौ की रोटी (दलिया) या चावल के साथ लें।

3. दूध में गाय का घी लें।

अपथ्य : मीठे पदार्थ, गरिष्ठ पदार्थ, दिन में सोना,

पथ्य : शहद, पपीता

विशेष : मूत्र संस्थान में किसी भी प्रकार का व्रण या संक्रमण हो तो उसमें गौमूत्र अत्यन्त लाभकारी है।

5. मूत्र कृच्छ/मूत्राघात (मूत्र रूक–रूककर होना या न होना)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।

2. गाय के दूध में समान मात्रा में पानी मिलाकर उबालें। मिश्री मिलाकर जौ की रोटी (दलिया) या चावल के साथ लें।

अपथ्य : पित्त बढ़ानेवाले पदार्थ जैसे, तली चीजें, गरम मसालें, आलू, बैंगन, लहसुन, खटाई, फ्रिज की चीजें।

पथ्य : पपीता

विशेष : शरीर से पसीना निकलता हो तो उसे तेज पंखा चलाकर रोके नहीं।

यौन समस्याएँ (Sex Problems)

1. स्वप्नदोष / शीघ्र पतन / प्रमेह

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

मेदोहर अर्क (केसर युक्त गौमूत्र अर्क) और गौमूत्र हरितकी वटी का सेवन करें।

2. दूध में हल्दी उबालकर और घी डालकर पीयें।
3. छाछ या तक्रारिष्ट या तक्रासव का सेवन करें।
4. पैर के तलवों पर घी लगाकर काँसे के बर्तन से तब तक रगड़ें जब तक तलवे काले न हो जायें।

अपथ्य : अश्लील विचार, ग्लानि, गर्म मसाले, तली चीजें, खटाई, गैस करनेवाली चीजें जैसे फ्रिज की चीजें, आलू, प्याज, मैदा, खमीरवाली चीजें, रात्रि को देरी से भोजन करना, चाय–कॉफी, लहसुन / किसी भी प्रकार का व्यसन, अधिक स्त्री–संग।

पथ्य : सत्संग, अच्छे विचार, उड़द, तिल, भिण्डी, सिंघाड़ा, खोपरा

विशेष : 1. कभी भी कब्ज न होने दें।

2. सोने पूर्व हाथ पैर धोकर बिस्तर पर जायें।
3. रात को सोने से पूर्व टी. वी. न देखें, फालतू पुस्तकें न पढ़ें। ईश्वर का या अपने जीवन के लक्ष्य का चिंतन कर शांत मन से सोयें।
4. वीर्य के नाश से उतनी शक्ति नष्ट नहीं होती जितनी कामुक विचारों से। अतः विचार हमेशा श्रेष्ठ करें।
5. विवाह के प्रारम्भिक दिनों में अधिक उत्तेजना के कारण शीघ्रपतन होना स्वाभाविक है। अतः चिंता नहीं करनी चाहिए।

2. नपुंसकता (संभोग में असमर्थता)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

पुनर्नवादि अर्क और पुनर्नवादि वटी का सेवन करें।

2. बादाम (भीगाकर दूध में घिसकर), केसर छुहारा (खजूर) दूध में औटाकर घी डालकर पीयें।

अपथ्य : अश्लील विचार, हीन भावना, ग्लानि, भय, जल्दबाजी, हडबड़ाहट

उत्तेजना, वात दोष बढ़ानेवाली चीजें जैसे पंखे की तेज हवा, फ्रिज की चीजें, आलू, मैदा, खमीरवाली चीजें, खटाई, चाय–कॉफी, रात्रि को देरी से भोजन करना। किसी भी प्रकार का व्यसन, अधिक स्त्री–संग।

पथ्य : पूरे शरीर पर तेल की मालिश करें। व्याम करें।

विशेष : 1. कामुक विचारों से शक्ति नष्ट होने से संभोग की शक्ति क्षीण हो जाती है। अतः कामुक विचारों से बचें।

2. संभोग के बाद ऊपरोक्त गर्म दूध का सेवन करने से शक्ति क्षीण नहीं होती।

3. संभोग के बाद पानी कभी ना पीयें।

4. कब्ज न होने दें।

5. तनाव, चिंता, भय, क्रोध, आदि के साथ संभोग में प्रवृत्त न हों।

3.यौन रोग (Sexual Diseases)

सभी प्रकार के यौन रोगों में निम्नलिखित उपचार करें।

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

मेदोहर अर्क (केसर युक्त गौमूत्र अर्क) और गौमूत्र हरितकी वटी का सेवन करें।

2. गाय के दूध में घी डालकर पीयें।

अपथ्य : अश्लील विचार, किसी भी प्रकार का, व्यसन, मांसाहार, रात को भोजन करना, खटाई, नमक, शक्कर, गरिष्ठ भोजन, तली चीजें, मिर्च–मसाले, अधिक मीठा। मैथुन।

पथ्य : ब्रह्मचर्य, हल्का सात्विक भोजन, जौ, सभी दालें, चावल, मिश्री, मेथी, काली चिर्म, हल्का व्यायाम

विशेष : कब्ज बिल्कुल ना होने दें।

4. एच. आइ. वी / एड्स

एच. आइ. वी और एड्स ये एक ही रोग नहीं है। एच. आइ. वी का सही ढंग से उपचार न होने पर वह एड्स में बदल सकता है। एड्स का उपचार कठिन है, असंभव नहीं।

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. पंचगव्य घृत का सेवन करें
3. पंचगव्य घृत की दो–दो बूंदे नाक में डालें।
4. 31 पत्ती श्यामा तुलसी के रस में उतनाही शहद मिलाकर प्रतिदिन सेवन करें।
5. प्रतिदिन छिलके सहित कच्ची लौकी का एक गिलास रस निकाल 5 काली मिर्च + 5 तुलसी के पत्ते + 5 पौदीने के पत्ते घोंटकर मिलायें स्वाद के अनुसार अदरक व सेंधा नमक मिलाकर पीयें।
अपथ्य : तली चीजें, बेसन, मैदा, भोजन में अनिमियतता, भोजन कर तुरन्त सोना, बाजार का खाना, बासी भोजन, फ्रिज की चीजें, खमीरवाला आहार, आलू, बैंगन, प्याज
पथ्य : पौष्टिक आहार, घाणी का तेल, दूध, दही, घी सूखे मेवे, पके फल, रसायन मुक्त अनाज, सब्जियाँ गेहूं के जवारे, हल्दी, अनन्नास, अनार, पालक, मेथी, पपीता।

5. पुरूष ग्रंथि का बढ़ना (Enlargement of Prostate)

1. ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

गौमूत्र अर्क, गौमूत्र घनवटी या गौमूत्रासव या गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. त्रिफलादि घृत में एक चुटकी सेंधा नमक डालकर सेवन करें।
3. छाछ या तक्रारिष्ट या तक्रासव का सेवन करें।
अपथ्य : खटाई, तली चीजें
पथ्य : आँवला, नारियल, दूध, दही, अंगूर, तुलसी

स्त्री रोग

1. अनियमित मासिक धर्म/मासिक धर्म कम होना

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. काली मिर्च 20 ग्राम, गुड़ 10 ग्राम 300 मिली पानी में उबालें। एक चौथाई पानी रह जाने पर छानकर पीयें।

3. मासिक धर्म के समय गूँद को घी में तलकर फुला लें। अब घी में अजवायन को तले। उसमें गुड़ फुला हुआ गूँद डालकर पाक बनाकर खाये।

4. प्रतिदिन दूध में कालीमिर्च उबालकर घी डालकर पीयें।

5. मसिक धर्म के दिनों में पैर के तलवे पर सरसों का तेल रगड़ें।

अपथ्य : खटाई, कब्ज करने वाले आहार जैसे मैदा, बेसन, आलू, गैस करनेवाले आहार जैसे फ्रिज की चीजें, बासी भोजन, रात को देर से खाना, गोभी, खमीर वाली चीजें

पथ्य : मेथी, करेला, हींग, ताजा दही, बाजरा

विशेष : 1. यह वात रोग है अतः रूखे ठंडे आहार–विहार से बचें। कब्ज बिल्कुल ना होने दें।

2. भोजन के बाद गरम पानी अवश्य पीयें।

3. शरीर को ढक कर रखें। तेज हवा न लगने दें।

2. मासिक धर्म के समय अधिक रक्तस्राव

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. प्रतिदिन दूध में मुनक्का उबालकर घी डालकर पीयें।

3. मासिक धर्म के दिनों को छोड़कर छाछ या तक्रारिष्ट या तक्रासव का सेवन करें।

4. मासिक धर्म के दिनों में पैर के तलवों पर घी रगड़ें।

अपथ्य : सभी गर्म आहार जैसे, तली चीजें, गर्म मसाले, मिर्च, लहसुन, प्याज, चाय–कॉफी, बैंगन, गुड़, आलू, फ्रिज की चीजें।

पथ्य : मिश्री, जौ आदि पित्तशामक ठंडी चीजें।

विशेष : यह पित्त प्रधान रोग है। अतः मासिक धर्म के पाँच दिन पहले अधिक मात्रा में गौमूत्र का सेवन करें, जिससे दस्त लगकर पित्त कम हो जायें। सात दिन पहले से पथ्य–अपथ्य का विशेष ध्यान रखें।

3. श्वेत प्रदर (Leucorrhoea)/ योनि संक्रमण (Vaginal Infection)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. प्रतिदिन दूध में हल्दी या सौंठ उबालकर घी डालकर पीयें।

3. योनि को भीतर से प्रतिदिन गौमूत्र से धोना चाहिए। इसके लिये पिचकारी या मेडीकल स्टोर पर उपलब्ध 'वेजाइनल रबर स्प्रे' (जिसमें एक रबर की बोल लगी होती है और एक प्लास्टिक का नोजल लगा होता है) का उपयोग करें।

अपथ्य : तेज खटाई, उदर रोगों को बढ़ाने वाले आहार, अनियमितता

पथ्य : सुपाच्य आहार, दूध, दही, घी, छाछ

विशेष : भोजन के बाद गर्म पानी पीयें।

4. गर्भाशय में गाँठ (Ovarian Cyst)

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।

2. कांचनार अर्क का सेवन करें। इसकी विधि कैंसर के उपचार में दी गई है।

3. दूध में सौंठ उबालकर घी डालकर सेवन करे।

अपथ्य : खटाई, मिर्च, गर्म मसाले, तली चीजें। क्रोध, ईर्ष्या, भय, शोक, मन में गाँठ बाँधना

पथ्य : जौ, भुने हुए चने, मिश्री,

विशेष : सभी महिलाओं के गर्भाशय में गाँठे बनती और खत्म होती रहती हैं। गाँठ का आकार बढ़ता रहे या वह दर्द करें, तभी उपचार करने की आवश्यकता होती है।

5. स्तनों में दूध की कमी

1. दिन में तीन बार ऋतु, प्रकृति और अवस्था के अनुसार देशी गाय के गौमूत्र को सूती कपड़े को आठ परत (fold) कर छानकर पीयें।

या

नारी संजीवनी और गौमूत्र हरीतकी वटी का सेवन करें।
2. दूध में छुहारे (खजूर) उबालकर घी डालकर लें।
3. पूरे शरीर की तेल से मालिश करें।
4. अधिकाधिक मात्रा में घी का सेवन करें।
अपथ्य : फ्रिज की ठंडी चीजें, बासी भोजन, आलू, प्याज, मैदा, बेसन, खमीर वाली चीजें, अचार, रिफाइण्ड तेल
पथ्य : अजवायन, मेथी, सौंठ, तिल, देशी गुड़, बाजरा, खाने का गूँद तिल का तेल

6. गर्भावस्था (Pregnancy)

1. स्त्री की प्रकृति व ऋतु के अनुसार गौमूत्र की जो मात्रा होती है, उससे आध ी मात्रा में गौमूत्र या गौमूत्र अर्क और घनवटी का सेवन करना चाहिए।
2. प्रतिदिन चांदी के प्याले में दही जमाकर ताजे दही का सेवन करना चाहिए। इससे बच्चा मेधावी व स्वस्थ होता है – मंदबुद्धि अथवा विकलांग नहीं होता।
3. छाछ या गौतक्रासव या गौतक्रारिष्ट का सेवन करें।
4. त्रिफलादि घृत का सेवन करें।
5. गर्भवती माता को दूध का खूब पीना चाहिए। दूध को लौहे की कढ़ाई में खूब औटाकर और काली मिर्च डालकर लेने से शरीर में रक्त की कमी नहीं होती।
6. खट्टा खाने की इच्छा हो तो आंवला, नींबू, कोकम, छाछ, टमाटर का सेवन करें। अचार, इमली, कैरी और राई की खटाई का सेवन ना करें।
7. शरीर में खून की कमी हो तो खून की कमी वाले उपचार करें।
8. शरीर में कैल्शियम की कमी हो तो पान की दुकान से एक रूपये का चूना लाकर उसे एक लीटर पानी में डालकर खूब हिलायें। 6–7 घंटे बाद जब चूना तली में बैठ जायें, तब पानी को निथार लें। यह पानी दिन में दो बार दो–दो चम्मच लेते रहें।
9. आटा पीसने की हाथ की चक्की (घट्टी) चलाने से गर्भाशय क्षेत्र की तथा स्तनों की मास पेशियाँ लचीली व बलशाली होती है। शरीर में सूजन नहीं आती व प्रसव सामान्य होता है। घट्टी न हो तो इसी प्रकार का व्यायाम करें।
10. साबुन का प्रयोग ना करें, अंगराग चूर्ण या अंगराग बट्टी से स्नान करें।
अपथ्य : सभी तामसीक चीजें – लहसुन, प्याज, चाय–कॉफी, भैंस का दूध, दही, घी, बासी भोजन सभी प्रकार के व्यसन। क्रोध, ईर्ष्या, भय, लालच। टी. वी के कार्यक्रम व विज्ञापन बहुत ही तामसीक है। टी. वी. से निकलने वाली प्रकाश की किरणे ही नहीं तरंगे भी बहुत नुकसान करती है। टी. वी. पर केवल कुछ संस्कारप्रद कार्यक्रम ही थोड़ी देर देखें।

सभी पित्त दोष बढ़ाने वाली चीजें – आलू, बैंगन, दही, गरम मसाले, मिर्च, तली चीजें, तेज खटाई, पपीता। इनसे गर्भपात होने का खतरा रहता है।

सभी वात दोष बढ़ाने वाली चीजें – पंखे की तेज हवा, फ्रिज का पानी, मैदा, बेसन, रात को जागना। इनसे सूजन आती है और प्रसव वेदना अधिक होती है।

सभी कफ दोष बढ़ानेवाली चीजें – अधिक मीठा, अधिक घी, तेल, आलस्य दिन में अधिक सोना। इनसे बच्चे का मोटापा बढ़ता है और प्रसव में समस्या होती है।

पथ्य : प्रसन्न रहना, हल्के व्यायाम करना या श्रम करना, सुबह की किरणों का सेवन करना, अच्छी पुस्तके पढ़ना, कला के सौन्दर्य का पान करना।

विशेष : एक मूर्तिकार पत्थर की मूर्ति को गढ़ते समय एक–एक छेनी संभालकर चलाता है। माँ का तो चैतन्य मूर्ति को गढ़ना है, ईश्वर की तरह सृष्टि करनी है, माँ जितनी ही कुशल होगी पुत्र भी उतना ही श्रेष्ठ होगा।

7. गर्भपात (Abortion)

यदि माँ के प्राणों को धोखा न हो और केवल परिवार नियोजन या किसी अन्य उद्देश्य के लिये कोई स्त्री गर्भपात कराती है, तो यह नितान्त ही घृणित कार्य है। इस महापाप की शुद्धि न तो गौमूत्र से हो सकती है और न ही पंचगव्य से। गर्भपात से होनेवाले रोगों का कोई उपचार नहीं है।

ऐसी स्त्री और उसके पति को जीवनभर गौमूत्र और पंचगव्य का सेवन करना चाहिए ताकि उनकी बुद्धि सात्विक बने और वे भविष्य में ऐसा कर्म न करें। तथा साथ ही दूसरों को इस महापाप से रोकें।

8. प्रसव

1. प्रसव के 10 दिन पहले से गौमूत्र का सेवन कराया जाना चाहिये, ताकि शरीर से वात, कफ और आम दोष नष्ट हो जायें, शरीर में जमा विषतत्व निकल जाये, प्रजनन अंगों में आई सूजन मिट जायें और प्रसव सामान्य हो

2. प्रसव का दर्द शुरू होते ही दो–चार चम्मच गोबर का छाना हुआ रस पिलाना चहिए। इससे प्रसव शीघ्रता से होता है।

3. प्रसव के समय पेट पर दर्भ (कुश) की जड़ बाँध देने से प्रसव सरलता से होता है।

4. प्रसव के एक महीने पूर्व घी खाने से नसों में लचीलापन आ जाता है, और प्रसव आसानी से होता है।

अब कैंसर प्राणघातक नहीं है

कैंसर पर पंचगव्य चिकित्सा का चमत्कारी प्रभाव देखने में आ रहा है। जिन्हें किसी आयुर्वेदिक औषधि का ज्ञान नहीं था, ऐसे लोगों ने भी केवल गौमूत्र के सेवन से ही बहुत लाभ उठाया है। कैंसर में होनेवाली भयंकर पीड़ा केवल गौमूत्र के सेवन से ही खत्म हो जाती है।

'अखिल भारतीय कृषि गौ सेवा संघ' के अध्यक्ष श्री. केसरीचंदजी मेहता कैंसर के रोगियों का सफल उपचार कर रहे हैं। उनके मार्गदर्शन में 'आदर्श गौसेवा एवं अनुसंधान प्रकल्प', अकोला द्वारा निःशुल्क कैंसर शिविर आयोजित किया गया था। उस सफल शिबिर से मिली जानकारी यहाँ दी जा रही है।

पंचगव्य बनाने की तथा प्रातःकाल सूर्योदय के समय खाली पेट लेने की विधि :-

- देशी गायका 10 ग्राम ताजा गोबर तथा 50 ग्राम गोमूत्र एक ग्लास में लेकर मिलाएं तथा कपड़े से उसको 8 बार छान लें। पतले कपड़े को आठ तह करके एक बार भी छान सकते हैं। बाद में उसमें 20 ग्राम कच्चा ताजा गाय का दूध, 20 ग्राम दही, 15 ग्राम देशी गाय का शुद्ध बिलौने का घी मिलाकर पिलाना चाहिये।
- उसके एक घन्टे पश्चात कांचनार अर्क, रक्त शुद्धी अर्क, चोपचीनी अर्क की एक – एक चम्मच याने कुल 3 चम्मच, उसमें 10–15 चम्मच पानी व एक चम्मच शहद मिलाकर पिलाना चाहिए। भोजन के दो घंटे बाद और रात को सोने के एक घंटे पहले।
- नाश्ते में जौ की थुली, जौ के आटे का बिना, शक्कर–गुड़ का सिरा, जौ की राबड़ी, मूंग का पानी देना चाहिये। इसके साथ गाय के दूध में पंचगव्य घृत एक चम्मच डालकर देना चाहिये। सुबह व शाम इस प्रकार दें। भोजन में जौ की रोटी व उपयोगी साग सब्जी का उपयोग करें। जौ की बनी वस्तु को देशी गाय के दूध या दही के साथ मिश्री या मधु मिलाकर देना चाहिये।
- 1 पाव पानी में 35 पत्ते तुलसी के डाल दें। तुलसी हरी या श्यामा कोई भी हो सकती है। 3 बार अच्छी तरह उबालकर ठंडा कर लें और वही एक बार सुबह नाश्ते के एक घंटे बाद पी लें।

जानकारी •:

1) भोजन द्वारा रोगी के शरीर में ज्यादा से ज्यादा देशी गाय का दूध, दही कैसे पहुँचे इस तरह की व्यवस्था करना है। फल–सब्जी व अन्य कौन से पदार्थ फायदेमंद हैं, कौन से नुकसानदेह हैं, उसकी पूरी जानकारी आगे दी जा रही है। जवारे का रस भी इस में फायदेमंद है।

2) ध्यान में रखना है कि [illegible] रोगी को कभी–कभी दिन में एक दो बार उल्टी हो सकती है। परंतु इससे घबराना नहीं चाहिए। आम विष निकल जाता है, जिससे रोगी को शांति मिलती है। दवा के प्रयोग से रोगी को चौबीस घंटे में दस्त तीन से ज्यादा होने लगे तो चार बार की मात्रा लेने की बजाय तीन बार या दो बार भी कर सकते है। दस्त की संख्या कम हो जाने पर दवा की खुराकें सही कर लेना चाहिए।

3) नीचे लाभकारी पथ्य तालिका दे रहे हैं। ऊपरोक्त पंचगव्य सेवन से न्यून गुण को मान कर विकल्प रूप में ही लें।

तर या ठोस पदार्थ को पतला बना कर देना हितकर है, वही अधिक लाभकारी है।

4) भूखे, रहना, रात को जगना, दिन में सोना, मलमूत्र, उल्टी के वेग को रोकना, ज्यादा ठंडी या गरम चीजे खाना, चिंता, शोक, क्रोध, भय व मैथुन आदि का निषेध है।

क्र. सं.	चीज	पथ्य/लाभकारी/ सेवन करने योग्य आहार की तालिका
1.	अनाज	जौ से बनी जीचें, जौ का पानी, भुने जो, साठी चावल, लाल चावल, एक वर्ष पुराने चावल, राजगिरा, मोरध्वज।
2.	दाले	मुंग, मटर, अरहर (तूवर) चवली, कुलथी, इनसे बनी चीजें, इनका घोल (सूप), युबे का छिलके सहित प्रयोग करें।
3.	दूध	देशी गाय का घी
4.	घी	गाय का घी
5.	तेल	तिल्ली का तेल
6.	फल	पपीता, सेवफल, बेल का फल, नारियल का पानी, अमरुद, जामुन, फालसा, चीकू, पका आम आँवला, तरबूज, खरबूज
7.	हरी सब्जियां	लौकी, कद्दू (काशीफल), परवल, पेठा, सुहेजना की पत्ती, करेला, टिंडोली, तुराई, ककड़ी, मूली गाजर, प्याज, पालक, हरी मेथी, सूखा मेथीदाना तुलसी, भिंडी, कंकोडा।
8.	सुखे मेवे	बादाम, काजू, पिस्ता, अखरोट, नारियल, चिरोंजी, छोटे दाख, मुनक्का, अंजीरे, पिंड खजूर, आलू बुखारा, छुहारा (खारक)
9.	मसाले	काली मिर्च, हल्दी, धनिया, पुदीना, जीरा, हींग,

		प्याज, लहसुन, दालचीनी, तेजपत्ता, अदरक, बडी इलायची, लौंग, जावित्री, जायफळ, अजवाईन, सेंधा नमक
10.	मीठे पदार्थ	मधु (शहद), मिश्री
11.	जल	गंगाजल (पीने के लिए), या साधारण पानी उबालकर ठंडा करके तांबे के बर्तन में रखें फिर पिलायें या पानी उबालकर ठंडा करके मिट्टी के बर्तन में रख पिलायें।

क्र. सं.	चीज	कैंसर रोग में कुपथ्य/हानिकारक/ वर्जित है
1.	अनाज	गेहूं, मैदा, बिस्कुट, डबलरोटी, सभी अंकुरित धान्य, पाव, मक्का, जवार, नए अनाज (सभी)
2.	दालें	उड़द की दाल व इससे बनी चीजें, चने की दाल, बेसन की बनी चीजें।
3.	खटाई	सभी तरह की खट्टी चीजें, नीम्बू, इमली
4.	चिकनाई	भैंस का घी, भेड़ का घी, चरबी, सभी तरह के खाद्य तेल और इनसे बनी चीजें।
5.	मांस	प्राणियों के मांस, अंडे, मछली, मुर्गी, तीतर, कबूतर आदि का मांस
7.	मसाले	लाल मिर्च, हरी मिर्च, सादा नमक, राई, सरसों, सभी अचार, गरम मसाले
8.	शीतल पेय	सभी कोल्ड ड्रिंक्स, फ्रिज का पानी, बरफ डाला पानी, आईस्क्रीम
9.	सूखी सब्जी	सुखाये गयें, सब्जियां, आलू, अरबी, केला, शकरकंद, जमीकंद
10.	मीठी चीजें	गुड़, शक्कर व इनसे बनी चीजें
11.	नशीले पेय	चाय, कोका, कॉफी, शराब, सिगारेट, बीडी, तंबाकू गुटका आदि।

1. कैंसर

1. कांचनार — 500 ग्राम
2. पुनर्नवा — ।। —

3 तरूणछाल — ।। —
4 रक्त रोथडा — ।। —
5 अपामार्ग — ।। —
6. अनंतमूल — ।। —
7. मकोय — ।। —
8. गोमूत्र 36 लिटर

सभी द्रव्य बारीक कूट पीस कर 16 लीटर गोमूत्र में डालकर काढ़ा बनायें यह तैयार काढ़ा 4 से 5 लीटर होगा। यह काढ़ा 20 लीटर गोमूत्र में डालकर अर्क निकाले

2. रक्तशुद्धि अर्क

1. जटामासी 500 ग्राम
2. वसा — ।। —
3. जेष्ठमध — ।। —
4. सौंफ — ।। —
5. गोमूत्र 36 लिटर

सभी द्रव्य बारीक कूट पीस कर 16 लीटर गोमूत्र में डालकर काढा बनायें यह तैयार काढ़ा 4 से 5 लीटर होगा। यह काढ़ा 20 लीटर गोमूत्र में डालकर अर्क निकाले

3. चोबचीनी अर्क

1. चोबचीनी 1 किलो
2. गोमूत्र 5 लीटर

उपरोक्त चोबचीनी 5 लीटर गोमूत्र में डालकर काढ़ा बनाना काढ़ा 2 लीटर बनेगा। उसे 20 लीटर गोमूत्र में डालकर अर्क निकालना।

मात्रा : तीनों अर्क 1–1 चम्मच साथ में पानी मिलाकर सुबह–शाम देना (भोजन के पहले)।

घरेलू उपचार से 100% ठीक हो सकता है भयानक समझा जानेवाला ह्रदय रोग

आपके ह्रदय में तीन रूकावटें हैं, एक 70% दूसरी 80% और तीसरी 90%। सोचने का बिल्कुल समय नहीं है, 7 दिन के भीतर इमरजेंसी ऑपरेशन करना होगा। फलां–फलां हार्ट के माने हुए सर्जन हैं, एक–डेढ़ महिने तक नंबर नहीं आता। लेकिन आप कहें तो आपके केस की गंभीरता को देखते हुए मैं उनसे इसी सप्ताह एपॉइन्टमेंट लेने का प्रयत्न करता हूँ।'

'देखिये आपके पति समझ नहीं रहे हैं। आप उन्हें समझाइये। रूपयों की चिंता न करें, जिंदगी रही तो रूपये फिर कमा लेंगे, लेकिन जिंदगी ही नहीं रही तो रूपये किस काम के? अब आपके सुहाग का जीवन आपके हाथ में है।'

''देखो, तुम्हारे पिताजी को तुम लोगों के भविष्य की चिंता है, इसलिए ऑपरेशन के लिए रूपये खर्च करना नहीं चाहते। लेकिन तुम बच्चों का भी तो पिता के प्रति कुछ फर्ज है। हार्ट पेशंट यानी बारूद के ढेर पर बैठा आदमी, किसी भी क्षण कुछ भी हो सकता है।'

ह्रदय रोगी और सोचने की शक्ति को कुंद कर हड़बड़ाहट फैलानेवाले ऐसे वाक्य आज गहराई से जुड़ गये हैं। एक ओर लोगों के दिमाग में यह बैठा है कि एलौपैथी से तेज कोई चिकित्सा नहीं और दूसरी ओर केवल सात दिन के अल्टीमेटम वाले ऐसे वाक्य। निर्णय एक ही होता है। ऑपरेशन – एंजियोप्लास्टी या बाय पास सर्जरी। ऑपरेशन के लाख–डेढ़ लाख, अस्पताल–टेस्ट–दवाइयों के लाख–डेढ़ लाख और मुम्बई–दिल्ली जैसे शहरों में आने–जाने–रहने, काम धंधे का नुकसान, मनौती, बहन–बेटी–रिश्तेदारों का आकर रहने आदि का खर्च भी लाख–डेढ़ लाख अर्थात् कम से कम साढ़े तीन--चार लाख का खर्च। ऐसे वाक्यों के बिना कोई झटपट लाखों रूपये खर्च भी करे तो कैसे?

एक आसान सा उपया बताता हूँ। गौमाता से प्रार्थना करें कि 'हे गौमाता! मैं आपकी शरण में हूँ। मेरे प्राण संकट में है मेरी रक्षा करों।' फिर आगे बताये गये उपाय करें।

छिलकेवाली उड़द की दाल रात को पानी में भिगा दें, सुबह इसे गूगल के साथ सिलबट्टे पर पीस लें और बाद में देशी गाय का मक्खन और एरंडी का तेल मिलाकर पूरी बायीं छाती पर उसका लेप करें (सभी 10–10 ग्राम)। तीन घंटे बाद लेप को एरंडी, केले या अन्य पत्तों से ढक लें और कपड़ पहन लें।

प्रतिदिन दिन में तीन बार एक–एक गिलास (150–200 मिली) लौकी (घिया या दूधी) का कच्चा रस पीयें। वात न बढ़ने देने के उपाय करें।

आंदोलन के कुछ महत्त्वपूर्ण सम्पर्क पते

महाराष्ट्र

1 आजादी बचाओ आंदोलन, प्लॉट नं. 10 जोतवाणी ले–आऊट, हुतात्मा स्मारक के सामने, वर्धा–सेवाग्राम रोड, सेवाग्राम, वर्धा – 442 102 फोन नं. 07152–284441

2 डा. सत्य नारायण बाल्दी, एस. एस. इण्डस्ट्रीज, ई–63, एम आय डी सी जलगाव–425003 फोन (0257) 210073 / 210106

3 श्री अतुल मधुकर देशमुख, 16, हिंदुस्तान कॉलनी, वर्धा रोड, नागपुर–440015 फोन नं. (0712) 3106435 / 2223547

4 आजादी बचाओ आंदोलन, 338 काथा बाजार, तीसरा माला, रू नं. 36, मस्जिद बंदर, (वेस्ट) मुंबई–9, मो. 09870148647, 09415227448, 022–31049442

5 श्री. सुरेशजी पिंगले, यशोधाम, 440, शिवाजी नगर, मफतलाल बंगले के पीछे, विद्यापीठ मार्ग, पुणे–16, फोन: (020) 25652264

6 नारायण गुंडु पवार, मु. पो. गोकुल शिरगॉव, ता. करवीर, जि. कोल्हापुर, (महा.) फोन: (0231) 2672479 (आ.), 2672887 (नि.)

7 डॉ. सुविनय दामले, आयुर्वेद चिकित्सालय, एस. टी. स्टॅण्ड के सामने, मु. पो. कुड़ाल, जि. सिंधुदुर्ग. (महा.) फोन:(02362) 223423 / 222241.

8 श्री. राजकुमार बरड़िया, इंदिरा पार्क के सामने, टिंबर डिपो रोड, परतवाड़ा. अमरावती. (महा.) फोन (07223) 220880 / 225756 मो. 9422158590

9 डॉ. अनिल पटेल, स्नेहा नाक, कान, गला, रूग्णालय, सिव्हील लाईन्स, यवतमाल (महा.) फोन (07232) 243215 / 245216.

10 चंद्रकात हिप्पलगावकर, आदित्य श्रद्धा नगर, भोसला मिलीटरी स्कूल के पीछे, जि. नासिक, (महा.) फोन (0253) 2383173 / 2354245

राजस्थान

12 श्री सम्पत सुवालका, डी–7–9, प्रथम मंजिल, वसंत विहार, गांधी नगर, भीलवाड़ा, (राजस्थान) फोन : (01482) 222524 / 226910 / 227638

13 श्री. सुरेश राठी, बॉम्बे मोटर्स के सामने, चौपासनी रोड, जोधपुर, (राजस्थान) फोन: (0291) 2437636

14 अभिषेक झंवर, 252 सी. तलवंडी, कोटा, (राजस्थान), फोन: (0744) 2426881 मो 9414183913

15 दिनेश शर्मा, बी–201 पिंक सिटी अपार्टमेंट, आकड मार्ग, बनी पार्क, जयपुर (राजस्थान) फोन नं. (0141) 2203706 मो 0141–3106430

गुजरात

16 श्री वेलजो देसाइ, 92. समर्थ टावर, अक्षर मार्ग. राजकोट 360001 [illegible] फोन 0281–5606570, 2431086 मो. 092276[illegible]

17 विनीत अग्रवाल कॉन्फीसेक प्रिंटस, सी 1 / [illegible] / 14 जी. आय.डी. सी. नारोड़ा अहमदाबाद, (गुजरात) फोन (079) 6858338(नि.).

18 अविनाश भाई गुप्ता, महालक्ष्मी सॉल्ट इंडस्ट्री, डीबिजेड(साउथ)193 शिवाजी पार्क के सामने, गांधीधाम कच्छ, (गुजरात)फोन: (02836) 234468, 231019

19 डा. सुरेखा शाह, 2, भोजेश्वर प्लाट, पोरबन्दर, (गुजरात) 0286–2242633 मो. 0286–3100234

कर्नाटक

20 श्री हीरालाल शर्मा, आजादी बचाओ आंदोलन 22–23–24, दूसरा माला, पोलिस रोड राणासिह पेठ, बैंगलोर–560053 फोन: (080) 26701571

21 शशीधर सी. एलीगर, 14: क्रॉस, नवोदय नगर, जि. धारवाड, (कर्नाटक) पिन कोड–580003, फोन नं. 09448118348

22 एम. एस. गुरूराज, ब्ब जी. एन. मार्केटिंग सर्विसेज, राधाकृष्ण मंदिर भवन, हॉटेल विमलेश के पास, जी टी रोड, मैगलोर–575001 (कर्नाटक) फोन 0824–2425598 (का.), 2416178 (नि.), मो 9845032598

मध्यप्रदेश

23 श्री जवाहर टहलरमानी, 115 डी. संत कंवरराम नगर, बेरेसया रोड, भोपाल–462018 फोन: 0755–2762853. मो. 9827007880

24 श्री. प्रकाशजी अग्रवाल, श्याम इंडस्ट्रीज, 144, रानीपुरा, इंदौर, फोन:0731, 2511535, 2527079

छत्तीसगढ़

25 श्री दीपक चौधरी, सी/4/12 स्टेट बैंक कालोनी, भिलाई (दुर्ग) फोन: 0788, 2242036

26 श्री अनूप बंसल, सुन्दर नगर, सुपेला, भिलाई, दुर्ग, फोन 0788, 2356199मो. 09425245807

तमिलनाडू

27 उदय मेघाणी, 12 वासुदेवन स्ट्रीट के सामने, ओम्र्स रोड, किलपॉक, चेन्नई–600010, फोन: (044) 32425264

झारखण्ड

28 अदीप कुमार, समता फ्लावर मिल, केम्प–1, बोकारो इस्पात नगर–827011 फोन 06542–243451

29 राजेंद्र त्रिपाठी, स्टेट बैंक रोड मकदपूर, गिरीडीह, (झारखण्ड) मो. 09431144121,

उत्तर प्रदेश

30 रूपेश पाण्डेय, सा–1/164 ए नई बस्ती, दौलतपुर रोड़–पांडेयपुर वाराणसी, फोन: 0542, 2587505, 2581050, 2582463

31 अजयेन्द्र दुबे प्रबंधक कुटीर चक्के महाविद्यालय, कुटीर चक्के, जि. जौनपुर (उं. प्र.) मो. 9415234577

32 गौरव मिश्रा, शंभू निवास 7/32, तिलक नगर, कानपुर–208002, फोन: 0512, 2256104, 2545173, मो. 9415051493

33 मनोज कुमार शर्मा, / संजय राधू, मौ.– कोटपूर्वी, निकट रामलीला मैदान, सम्भल, जिला–मुरादाबाद, फोन: 05923, 24066, मो.9412144121

34 पवन कुमार विश्नोई, 164, शिवलोक, ककड़खेड़ा, मेरठ कैण्ट, (उत्तर प्रदेश), मो. 9837166295

35 श्री राधेश्याम दीक्षित, गली नं. 3, श्रृंगार नगर, निधौली रोड, जि. एटा, (उ. प्र.) फोन : 05742–231073

दिल्ली/नोएड़ा

36 आदर्श धवन, एम–53, सेक्टर–25 नोएड़ा (उ. प्र.) 201301 फोन : 0120–2537023, 2547400

डॉ. गौरीशंकर जे. माहेश्वरी

डॉ. गौरीशंकर माहेश्वरी जी का जन्म 11 अप्रैल 1935 को राज्यस्थान के मार्बल उत्पादन के लिए प्रसिध्द मकराना शहर में हुआ। प्रारंभिक स्कूली शिक्षा मकराना में हुई। सन् 1953 में 18 वर्ष की आयु में आप जीविकोपार्जन हेतु मुंबई आये। सन् 1966 मे रासायनिक क्षेत्र में आपके द्वारा तैयार किया गया 'इम्पोर्ट सबस्टि्यूट' तथा भारत सरकार के रक्षा मंत्रालय के लिए 1974–75 में सूक्ष्म पुर्जा का निर्माण कर आपने राष्ट्रीय स्तर पर प्रशंसनीय कार्य किया। 90 के बाद से ही डॉ. महेश्वरी जी ने 'पंचगव्योपचार के माध्यम से रोगों का इलाज, स्वदेशी–आंदोलन को आगे बढ़ाना, बिना रासायनिक खादों का प्रयोग किए खेती करने पर बल देना, गो–वंश के महत्व को पुन : स्थापित करना इत्यादि समाजोपयोगी कार्यों के लिये अपने आपको समर्पित कर दिया।

मार्च 1996 में मुंबई के लाला लाजपतराय कॉलेज में वैकल्पिक उपचार पध्दतियों पर हुए अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में डॉ. माहेश्वरीजी द्वारा प्रस्तुत शोध प्रबंध **Cow Therapy** को सर्वश्रेष्ठ घोषित किया गया था। **The Open International University for Complementary Medicines** ने आपको डॉक्टर ऑफ सायन्स **(D.Sc.)**, डॉक्टर ऑफ मेडिसन **(M.D)** तथा डॉक्टर ऑफ फिलॉसफी **(Ph.D.)** से सम्मानित किया। 30 मई 2000 को गोलोकवासी हुए।